

La Federació Salut Mental Catalunya demana acabar amb la doble discriminació per ser dona i tenir un trastorn mental.

Les dones amb problemes de salut mental reivindiquen la perspectiva de gènere per millorar la seva qualitat de vida

- **El risc de patir depressió de les dones amb trastorn triplica el dels homes.**
- **El rol tradicional de la dona fa que dediqui el doble de temps a les tasques de cura, una desigualtat que afecta la seva salut mental.**
- **El manifest del Dia de la Dona reclama igualtat en l'accés a la justícia i l'educació, i protecció davant la violència de gènere.**

Barcelona, 8 de març del 2020. La **Federació Salut Mental Catalunya (SMC)** se suma a la celebració del **Dia Internacional de la Dona** amb la campanya **#DonaiSalutMental** que vol incorporar la perspectiva de gènere en l'àmbit de la salut mental. L'objectiu és donar veu a les dones amb problemes de salut mental i combatre el doble estigma pel fet de ser dona i tenir un trastorn mental, a través de l'apoderament de les dones i la sensibilització, no només del moviment associatiu en salut mental, sinó també de la societat en general.

La Federació SMC, com a membre de la **Confederación Salud Mental España (SME)**, participa en la **Red Estatal de Mujeres** de SME i se suma al **manifest amb motiu del Dia de la Dona**. Així, donem suport a les següents reivindicacions:

- Com a estratègia preventiva fonamental en salut mental, necessitem una **educació no sexista** centrada en l'autonomia, la inclusió, la corresponsabilitat i les cures.
- La consolidació professional de la figura de **l'assistència personal experta** en gènere i salut mental.
- Garantir **l'accessibilitat universal** en tots els serveis públics a més d'altres dispositius específics de protecció com els destinats a dones víctimes de violència masclista.
- Garantir la inclusió de la **perspectiva de gènere** en els serveis públics i de salut mental amb equips formats, coordinats i interdisciplinaris.
- La **preservació dels nostres drets i autonomia** en tots els àmbits prestant especial atenció a les situacions de crisi, institucionalització i / o tutela.
- La implantació d'una **Renda Bàsica Universal** que garanteixi una vida digne.
- Un **mercat laboral** orientat a la conciliació, adaptat a la diversitat, no sexista i respectuós amb la salut mental.
- Ampliar la recerca en **sexologia, gènere i salut mental** que estableixi les bases en la creació d'una **figura experta** que ens ofereixi suport i acompanyament professional.
- Serveis públics d'**informació, orientació i acompanyament** amb perspectiva de gènere sobre la **maternitat** i, si escau, **planificació familiar** que ens doni suport en el procés de la presa de decisions en condicions d'igualtat i llibertat.

- Establir mecanismes d'**acollida i reagrupament familiar** en situacions de crisi i/o violència.
- Implantació de protocols específics en els serveis salut mental per a la **detecció i el tractament** de situacions de **violència**.
- Difondre una **imatge positiva i realista** en salut mental a partir de l'anàlisi i la reflexió de les nostres diverses circumstàncies com a dones.
- Fomentar l'ús d'un **llenguatge no sexista, inclusiu i positiu** en salut mental.

“Les dones cuidadores també necessitem que ens cuidin”

Les dones dediquen el doble de temps que els homes a les tasques de cura d'un familiar. Aquesta desigualtat en l'organització de la cura té un impacte directe sobre la gestió del temps i **sobre la salut de les dones**. El perfil de la persona que té cura d'un familiar amb problemes de salut mental és una dona de 64 anys que dedica més de 21 anys de la seva vida a aquesta tasca. A l'Espai Situa't, servei d'informació i orientació del projecte “Activa't per la salut mental”, un **78% de les consultes en relació a un familiar o persona a càrrec amb trastorn mental les fan dones**.

Mercè Torrentallé, una de les 25 dones que forma part de la Red Estatal de Mujeres que ha elaborat el manifest de Salud Mental España amb motiu del Dia de la Dona 2020, explica que “les persones cuidadores també necessitem que ens cuidin”. En aquest sentit, la presidenta de l'Associació Salut Mental La Noguera, i vocal de la Federació SMC, posa en valor el **suport mutu entre les dones amb problemes de salut mental**. “Necessitem explicar i compartir què ens passa com fem en els grups de dones amb problemes de salut mental del **Projecte Salut Mental i Dona** de la Federació, que es basen en el suport mutu entre iguals”, explica.

El risc de patir violència de gènere es multiplica entre 2 i 4 vegades

El risc que té una dona amb problemes de salut mental de patir violència en la parella es multiplica entre 2 i 4 vegades respecte a les dones en general, segons dades de SME. L'evidència és que **el 80% de les dones amb trastorn mental que viu en parella ha patit algun tipus de violència**, per part d'aquesta parella, més de la meitat ha patit violència física, i més de el 40% ha estat víctima de violència sexual al llarg de la seva vida. Concretament, **la infància és l'etapa més vulnerable**. En aquesta etapa de la vida, el percentatge d'abús sexual a nenes és molt elevat, ja que arriba al 26%. Quan es donen aquestes violències, el 42% reconeix no identificar-les com a tals i, als que sí que les reconeixen i les denuncien, no se'ls dóna credibilitat a causa del seu trastorn mental.

Més informació: Lydia Santín | 605 912 718 | premsa@salutmental.org

Materials descarregables

- [Manifiesto Red Estatal de Mujeres Salud Mental España 2020](#)
- [Projecte Salut Mental i Dona – Federació Salut Mental Catalunya 2020](#)
- [Infografies Dona i Salut Mental – Salut Mental Catalunya 2019](#)
- [Infografies Salut Mental i Violència de Gènere – Salut Mental España 2019](#)