

## ***Les dones amb experiència pròpia en salut mental s'organitzen en una xarxa de suport mutu***

- **Al projecte Dona i Salut Mental de Salut Mental Catalunya participen 247 dones amb problemes de salut mental, organitzades en 24 grups autogestionats a tot Catalunya.**
- **Les dones amb problemes de salut mental prenen la paraula com a col·lectiu històricament invisibilitzat, silenciats i discriminats per raó de gènere i diagnòstic.**
- **Des de Salut Mental Catalunya ens sumem a la campanya #SaludMentalFeminista de la Red Estatal de Mujeres de Salud Mental España, que denuncia la dificultat d'accés al sistema de salut pública de les dones amb trastorn.**

*Barcelona, 8 de març del 2022.* Salut Mental Catalunya (SMC) se suma a la celebració del Dia Internacional de la Dona 2022 per **reivindicar la figura de les dones amb problemes de salut mental com a protagonistes del seu procés de recuperació i empoderament.** El projecte Dona i Salut Mental de SMC va començar al 2019 amb la participació de 7 dones i actualment compta amb 24 grups autogestionats a tot Catalunya amb 247 dones amb problemàtica de salut mental implicades.

Aquest creixement confirma la necessitat que siguin les pròpies dones amb problemes de salut mental les que s'organitzin per **donar-se suport, compartir experiències i vivències** al voltant de qüestions com la defensa dels seus drets, la seva sexualitat, la seva vida familiar, social i laboral. El projecte Dona i Salut Mental ha mostrat la importància de les xarxes de suport mutu com a eina d'empoderament i participació, i el **suport emocional d'un col·lectiu que té unes necessitats específiques.**

L'objectiu és crear una gran xarxa de suport mutu de grups de dones amb experiència pròpia en salut mental autogestionats, o amb el suport d'alguna figura professional, i obrir-los a totes aquelles dones que viuen altres tipus de discriminació i/o necessitin xarxes de suport emocional i relacional.

El projecte Dona i Salut Mental continua al 2022 el seu pla d'acció per reivindicar una visió de la salut mental amb perspectiva de gènere. En aquest sentit, SMC organitzarà al 26 mes de maig al CaixaForum Macaya de Barcelona una **Jornada al voltant dels drets**

**sexuals i reproductius de les dones amb trastorn mental i la importància de les xarxes de suport mutu.**

### **Ens sumem a la campanya #SaludMentalFeminista de Salud Mental España**

Salut Mental Catalunya, com a membre de la Confederación Salud Mental España (SME), participa a la Red Estatal de Mujeres de SME i se suma a la campanya

**#SaludMentalFeminista** amb motiu del Dia de la Dona 2022, elaborat per la Red.

Les reivindicacions de les dones del nostre moviment associatiu posen de manifest les **vulneracions que troben en el procés de recuperació**, en els **ingressos involuntaris** o a l'hora de decidir **ser mares** si així ho desitgen. La campanya denuncia també la **sobremedicació** i l'agreujament de la situació de les **dones cuidadores**, i demana canvis en la **visió de gènere de la salut mental** i la dotació dels **recursos necessaris**.

En aquest sentit, la campanya de la Red Estatal de Mujeres de SME posa de manifest que:

- Les dones són prescrites el doble de vegades que els homes amb psicofàrmacs. Els rols de gènere i la sobreesaturació de la sanitat pública contribueixen a provocar aquesta sobremedicació.
- La sanitat pública no té recursos suficients per garantir una atenció de qualitat i no està adaptada a les necessitats de les dones per raó de gènere i salut mental.
- Obstacles a la maternitat i precarietat a les cures: existeix estigma i manca d'informació sobre la interrupció de la medicació en cas que les dones amb problemes de salut mental vulguin ser mares.
- La perpetuació dels rols de gènere i la manca de recursos públics afecta les persones cuidadores, habitualment dones, a l'àmbit privat no remunerat, la qual cosa pot impactar en la seva salut mental.

---

**Més informació:** Salut Mental Catalunya | 932 721 451 | [premsa@salutmental.org](mailto:premsa@salutmental.org)

#### **Materials descarregables**

- [Infografies #SaludMentalFeminista](#) en versió catalana de la campanya de Salut Mental España amb motiu del Dia de la Dona 2022.
- [Mujeres con problemas de salud mental denuncian las dificultades de acceso al sistema público de salud](#) Nota de premsa de Salud Mental España amb motiu del Dia de la Dona 2022.