

NEWSLETTER

Está bien NO estar bien



EN CHILE, DOS DE CADA DIEZ PERSONAS TIENEN PROBLEMAS DE SALUD MENTAL Y CERCA DE 1800 SUICIDIOS AL AÑO.

Según datos del último Informe de Mortalidad por Suicidio del Ministerio de Salud, entre 2010 y 2019 se registró un total de 18.691 muertes por suicidio, contemplando la gran diferencia entre hombres y mujeres, con una proporción de 3:1, esto se traduce en que 11,17% de cada cien mil habitantes fallece por esta causa.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) posicionó a Chile como el sexto país con la mayor tasa de suicidios en América Latina. Todo esto son datos que llaman a estar alerta y enfatizan la importancia en tratar enfermedades de salud mental.

El 10 de septiembre es el día de la Prevención del Suicidio. Algunas herramientas para prevenir el suicidio son: promover la salud mental, fomentar la educación y la sensibilización sobre el tema, entre otras.

Si quieres saber más ingresa a bit.ly/48sy7bs

POST FAVORITO DEL MES

La somatización es el proceso en el que nuestras emociones y tensiones internas se manifiestan a través de síntomas físicos. Puede ser de manera consciente o inconsciente.

Es posible desarrollar algunos problemas de salud como consecuencia, tales como la ansiedad, estrés y depresión. Se trata de una clara relación entre los efectos de la mente sobre el cuerpo.



SÍGUENOS INSTAGRAM @PSICOLOGAS.RAMISPANNIER