

## **Cesfam de Natales conmemoró día mundial de la salud mental.**

Con la obra de teatro basada en el cuento infantil “Fufú y el abrigo verde”, libro que busca educar a las nuevas generaciones y entregar explicaciones claras sobre la enfermedad mental, el Centro de Salud Familiar (Cesfam) de Puerto Natales conmemoró el día mundial de la Salud Mental.

En este contexto, este Cesfam organizó una serie de semana actividades, con el apoyo de la Corporación Municipal de Natales y la SEREMI de Salud de Magallanes, destinadas a sensibilizar a la comunidad natalina sobre la importancia de cuidar la salud mental y sobre todo verla como parte de un bienestar general individual, familiar y comunitario. En específico esta obra, tuvo como objetivo ayudar a los menores de edad a conocer y comprender los comportamientos de un familiar o conocido, evitando los miedos y facilitando una mejor relación basada en el respeto y empatía.

Cada 10 de octubre se conmemora el Día Mundial de la Salud Mental, que tiene como objeto sensibilizar y crear conciencia en las distintas instituciones y a la comunidad en general. Es por ello que cada año desde la Organización Mundial de la Salud se definen lemas para resaltar un área de la salud mental. Para el 2014 se ha definido como tema central “Viviendo con Esquizofrenia”.

La Salud Mental entendida como bienestar físico, mental y social, está determinada no sólo por factores biológicos, sino también por los estilos y condiciones de vida en las que se desarrolla una persona y por sus capacidades para enfrentar el entorno en que se desenvuelve.

Cabe señalar que el trabajo en Salud Mental no concierne sólo a los aspectos de atención posterior al surgimiento de un desorden mental, sino que corresponde además a los ámbitos de la prevención y promoción de un ambiente sociocultural que potencie la autoestima, las relaciones interpersonales, el respeto y otros elementos que deben venir ya desde la educación más primaria de la niñez y de la juventud. De ahí la necesidad de crear conciencia en la personas sobre los estilos de vida, los cuales sumados a otros factores pueden dañar la salud durante el ciclo de vida.

