

## **- Nota de premsa -**

**L'objectiu és fer veure que la depressió ens pot afectar a tots i que és clau la detecció precoç**

## **La Taula de Salut Mental dedica el mes de desembre a la depressió**

---

**Dins de la campanya “Sóc com tu, ets com jo” per lluitar contra l'estigma de salut mental, el mes de desembre està dedicat a la depressió que, segons l'OMS, serà la primera causa de malaltia al món desenvolupat l'any 2020.**

Amb el lema *A mi no em passarà*, la Taula de Salut Mental dedicarà el mes de desembre a la depressió, amb l'objectiu, sobretot, de traslladar a la població la idea que la depressió pot afectar qualsevol persona i, de fet, afecta més gent de la que realment està diagnosticada.

De fet, els professionals alerten de la importància de diagnosticar la depressió, ja que és vital una detecció a temps per evitar que els símptomes s'agreugin i es faci més difícil superar la depressió. Però per aconseguir-ho, cal desestigmatitzar la depressió i assimilar que ens pot afectar a qualsevol de nosaltres. D'aquesta manera es fa més fàcil identificar la malaltia (per un mateix) i demanar ajuda (si es trenquen els tòpics socials a l'entorn de la malaltia).

També és important destacar que s'han detectat alguns grups amb més risc de patir una depressió al llarg de la vida. Per exemple, les dones tenen més possibilitats de patir depressió (20-25%) que no pas els homes (7-12%). Alguns trets del caràcter de la persona també poden fer-la més vulnerable, com per exemple el perfeccionisme, la rigidesa, la immaduresa, la incapacitat per assumir la frustració, una personalitat fràgil i dependent, etc.

La Taula de Salut Mental també vol informar sobre els principals símptomes d'alerta davant la depressió, per accelerar-ne el diagnòstic. A banda d'una tristesa patològica, més profunda i corporal, també hi ha altres signes com la pèrdua d'interès per tot el que l'envolta, el desànim, un alentiment en les capacitats motrius com la parla, el pensament, el moviment. També és un símptoma el desajust dels ritmes biològics i funcions fisiològiques com la son, la gana o el sexe; i, finalment, les idees suïcides.

**La depressió major afecta 350 milions de persones a tot el món. Afecta a una de cada 10 persones, i a 1 de cada 5 al llarg de la vida.**

## Accions de difusió de la campanya:

- **Pantalles d'informació dinàmica i web municipal:** cartell amb el missatge i imatge del tema del mes de la campanya
- **Xerrada *A mi no em passarà mai*.** Dilluns 17 de desembre, a les 6 de la tarda, a La Marineta
- **Ràdio Mollet:**
  - informació puntual als informatius
  - entrevista al magazine 'Posa't les piles' la primera setmana de la campanya
  - El programa 'La tertúlia' d comptarà amb professionals i experts que debatran sobre aquest tema
  - El programa 'Fem salut' del 27 de novembre (12.30 h) tractarà aquest tema
- **Vallès Visió:**
  - Informació puntual als informatius
  - Reportatge sobre el tema al programa '8Visió' amb testimonis de malalts i professionals

*Adjuntem cartell de la campanya.*

**Mollet del Vallès, 3 de desembre de 2012**

**Departament de Premsa i Comunicació**

Ajuntament de Mollet

Telèfon 93 571 95 00 /ext. 9573

Mòbils 692 62 32 83 / 650 01 75 86

[premsa@molletvalles.cat](mailto:premsa@molletvalles.cat)