



# SALUD MENTAL Y BIENESTAR

Datos y estadísticas

## SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

Los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) de las Naciones Unidas proporcionan un plan compartido para la paz y la prosperidad de las personas y el planeta, ahora y en el futuro. Los 17 objetivos son un llamado urgente a la acción de todos los países, desarrollados y en desarrollo, en una alianza mundial. El logro de los ODS también depende de la participación de organizaciones voluntarias, que conectan las estrategias e iniciativas gubernamentales con la acción comunitaria complementaria, que es indispensable.

### ESTA CAUSA GLOBAL APOYA EL ODS 3



**ASEGURAR UNA VIDA SALUDABLE Y PROMOVER EL BIENESTAR PARA TODOS EN TODAS LAS EDADES**



Un estimado de **700 000 personas mueren por suicidio cada año** (Organización Mundial de la Salud).



En promedio, **el 2% de los presupuestos de salud se destinan a la salud mental** (Organización Mundial de la Salud).



Las personas que están expuestas a circunstancias adversas, como la pobreza, la violencia, la discapacidad y la desigualdad, se encuentran en **mayor riesgo de desarrollar una afección de salud mental** (Organización Mundial de la Salud).



**La depresión es la causa principal de discapacidad en todo el mundo y se calcula que afecta a más de 300 millones de personas en todo el mundo.** La mayoría de ellos son mujeres, jóvenes y ancianos (Naciones Unidas).



Con respecto a la depresión, las brechas en la cobertura de servicio son amplias en todos los países: en los países de altos ingresos, se estima que el **23% de los casos reciben un tratamiento mínimamente adecuado para la depresión mientras que en los países de ingresos bajos y medianos se estima que es el 3% de los casos** (Organización Mundial de la Salud).



**Más del 80% de todas las personas con trastornos mentales viven en países de bajos o medianos ingresos,** donde el círculo vicioso entre la salud mental y la pobreza es particularmente prevalente debido a la falta de redes de seguridad social y la escasa accesibilidad a un tratamiento eficaz (Organización Mundial de la Salud).



# SALUD MENTAL Y BIENESTAR

## Ideas de servicio

[lionsclubs.org/mental-health](https://lionsclubs.org/mental-health)



Promover los recursos y herramientas de educación, concienciación y promoción de organizaciones de renombre como la **Organización Mundial de la Salud** y la **Federación Mundial de Salud Mental**.



Encuentre la línea directa de prevención del suicidio de su región o país utilizando la **función de búsqueda de la línea directa internacional de crisis de suicidio de la Asociación Internacional para la Prevención del Suicidio** y promueva la línea directa en eventos de concienciación y en redes sociales.



Trabaje como voluntario en el centro local de atención a personas de la tercera edad para ayudar con los eventos de enriquecimiento y bienestar.



Explore **Recursos de la Organización Mundial de la Salud para la reducción del estigma de la salud mental y el bienestar** y promuévalos utilizando las redes sociales para resaltar la importancia de reducir el estigma de la salud mental y desacreditar los conceptos erróneos comunes.



Utilice los recursos, hechos y estadísticas de la Organización Mundial de la Salud y la Federación Mundial de Salud Mental para crear una campaña de redes sociales para el **Día Mundial de la Salud Mental** con su club, distrito o distrito múltiple. Comparta su impacto en las redes sociales con fotos, vídeos y otros recursos utilizando los hashtags #CureAll y #ThroughTheirHands.



Apoye **Lions Quest**, currículo de aprendizaje socioemocional y bienestar para los jóvenes de su comunidad. Considere ofrecer apoyo promocional y entregar el currículo promocional de Lions Quest solicitando una **Subvención de promoción de Lions Quest** o una **Subvención de alianza comunitaria de Lions Quest**.



Contacte a representantes del gobierno local, estatal / provincial y federal para abogar por un aumento de los fondos para la salud mental y la ampliación de los servicios. Use nuestra Caja de herramientas Leonísticas para promoción **para empezar**.



Done alimentos, artículos de tocador o servicios de mantenimiento a un hogar transicional local que sirva a personas discapacitadas y/o a personas que vivan con diferentes condiciones de salud mental en su comunidad.



Utilice los recursos de la **Asociación Internacional para la Prevención del Suicidio** para resaltar el **Día Mundial de Prevención del Suicidio** en su comunidad.



Explore maneras de aumentar el acceso a servicios vitales de exámenes de salud mental en su comunidad entre grupos desatendidos, contactando y utilizando a profesionales de la salud mental, psicólogos y médicos psiquiátricos en sus redes. Conéctese con las partes interesadas locales, como escuelas, hospitales y líderes comunitarios para colaborar en las metas compartidas.



Organice una caminata o evento en colaboración con una organización local de salud mental para crear conciencia sobre la salud mental y el bienestar utilizando los **recursos de bienestar mental e infografías sobre la depresión** de la ONU.



Proporcione ayuda a los organismos de salud mental y centros de tratamiento organizando recaudaciones de fondos, dando publicidad en las redes sociales y recolectando los suministros necesarios.

Fomente el bienestar y el desarrollo de habilidades para la vida entre los jóvenes, creando un grupo social y de mentores en su comunidad. Empiece **viendo este vídeo** acerca de Camp Conquer, un grupo de bienestar juvenil basado en la comunidad creado por Leones en Delaware, EE.UU.