

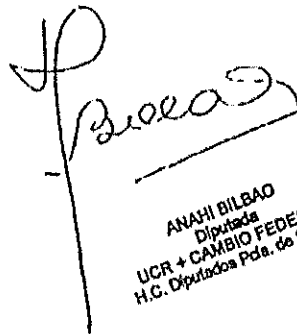
Honorable Cámara de Diputados  
Provincia de Buenos Aires

## PROYECTO DE DECLARACIÓN

LA HONORABLE CÁMARA DE DIPUTADOS DE LA PROVINCIA DE BUENOS  
AIRES

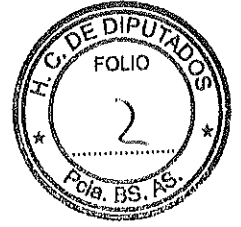
### DECLARA

Su beneplácito por el Día Mundial de la Salud Mental, a celebrarse el 10 de octubre del corriente año.

  
ANAHÍ BILBAO  
Diputada  
UCR + CAMBIO FEDERAL  
H.C. Diputados Pcia. de Bs. As.



Honorable Cámara de Diputados  
Provincia de Buenos Aires



## FUNDAMENTOS

El 10 de octubre se conmemora el Día Mundial de la Salud Mental, una fecha que desde 1992 busca sensibilizar a la población sobre la importancia de cuidar la salud mental y emocional.

Esta jornada, apoyada por la Organización Mundial de la Salud, tiene como objetivo principal fomentar el bienestar psicológico y promover acciones que permitan mejorar la calidad de vida de las personas, abordando temas como el estrés, la ansiedad, la depresión y otros trastornos mentales que afectan a millones de personas en todo el mundo.

La salud mental es un aspecto fundamental de nuestro bienestar general, tan importante como la salud física. Afecta a todas las personas, sin importar la edad, género o condición social. Sin embargo, a menudo se encuentra rodeada de estigma y silencio, lo que puede obstaculizar el tratamiento y la recuperación de los trastornos mentales.

Comunicar sobre la salud mental es un paso importante para romper los estigmas y promover la comprensión. Poner en palabras abiertamente nuestros sentimientos y experiencias, contribuye a que podamos crear un entorno más seguro para aquellos que lo necesitan y así, favorecer a una sociedad más compasiva y saludable.

La salud mental es un derecho humano fundamental, por lo que merecemos acceso a recursos y el apoyo adecuado.

Dos acciones fundamentales son la prevención y el tratamiento temprano para mejorar la salud mental. Al buscar asistencia cuando se necesite y practicar



Honorable Cámara de Diputados  
Provincia de Buenos Aires


hábitos saludables, podemos reducir el riesgo de desarrollar trastornos mentales y mejorar nuestra calidad de vida.

La salud mental está estrechamente vinculada con la salud física, la productividad y el bienestar general. La investigación ha demostrado que la salud mental puede afectar la física, y viceversa. Por lo tanto, es importante adoptar un enfoque integral que aborde la Salud.

El Día Mundial de la Salud Mental es un recordatorio importante para generar conciencia y educar. La falta de conocimiento y comprensión sobre la salud mental puede perpetuar el estigma y obstaculizar el tratamiento efectivo. Por lo tanto, es esencial implementar programas y campañas en escuelas, lugares de trabajo y comunidades para fomentar una cultura de sostén y comprensión.

Es importante destacar que existen recursos disponibles, incluyendo líneas de ayuda, terapia y grupos de apoyo. Estos recursos pueden alojar y escuchar a las personas que lo necesitan, y es esencial promover su uso para fomentar la salud mental.

Por todo lo expresado anteriormente, solicito a mis pares acompañen este proyecto de Declaración.

  
ANAHE BILBAO  
Diputada  
UCR + CAMBIO FEDERAL  
H.C. Diputados Pcia. de Bs. As.