



La Marató



Per la salut mental



LA MARATÓ QUE TRENCA MURS

Una de cada quatre persones tindrà algun problema de salut mental al llarg de la seva vida.

Els **trastorns mentals** són alteracions de la salut que impliquen una disfunció del pensament, les emocions, la conducta i que impacten en tots els àmbits de la vida.

Poden afectar **tothom**, i més de la meitat d'aquests trastorns comencen a **l'adolescència**, que és un moment de canvis importants.

La prevenció i el tractament precoç són fonamentals per aconseguir una evolució positiva.

El 45% de les persones amb algun problema de salut mental **no demana l'ajuda** que necessitaria. Fer-ho és el primer pas per sortir-se'n.

La salut mental encara arrossega **estigmes i mites que cal trencar**. El coneixement és la via més eficaç per aconseguir-ho.

La **cura i l'abordatge dels trastorns mentals** ha d'incloure tant aspectes sanitaris com **familiars, socials i comunitaris**.

Gràcies a la **recerca** en salut mental, en podrem arribar a tenir un **diagnòstic** més precoç, perfeccionar-ne els tractaments i **prevenir** molts trastorns. L'objectiu final és aconseguir millorar la **qualitat** de vida de les persones afectades.

Fundació

La Marató



tv3.cat/marato

Amb la col·laboració de:



Agbar



Bostik



control demeter