

Regresan las Jornadas de Salud Mental de Elda

23/09/2026



Presentación de las Jornadas de Salud Mental de Elda | Valle de Elda

Elda volverá a situar la salud mental en el centro del debate durante los meses de octubre y noviembre con la segunda edición de las jornadas "Haz match con tu salud mental". La iniciativa pretende romper estigmas, mejorar la información y reforzar la prevención, especialmente entre los más jóvenes.

Durante su presentación se ha destacado que, aunque las actividades se concentran alrededor del 10 de octubre, Día Mundial de la Salud Mental, la sensibilización no debería limitarse a unas fechas concretas porque existen numerosos factores cotidianos que pueden afectar al bienestar emocional.

Uno de los asuntos protagonistas será la soledad no deseada. El lunes 5 de octubre, a las 18.00 horas en los Salones Princesa, se proyectará un documental y posteriormente se celebrará una mesa redonda sobre

una realidad que no afecta exclusivamente a las personas mayores. Desde la organización recuerdan que los problemas de salud mental pueden provocar sentimientos de aislamiento incluso cuando la persona está acompañada. Un día después, el martes 6, profesionales analizarán en el mismo espacio el impacto de las redes sociales y de las pantallas sobre la salud mental, una preocupación creciente ante situaciones que pueden verse agravadas por su uso.

El miércoles 7 será el turno del cinefórum con "El lado bueno de las cosas" y un posterior encuentro con profesionales del centro de día. Se trabajará especialmente la reducción del estigma, la importancia de reconocer cuándo se necesita ayuda, conocer el propio diagnóstico y contar con un entorno cercano implicado. El jueves 8, el Centro de Día Crisol celebrará una jornada de puertas abiertas con desayuno, visita a

las instalaciones y lectura del manifiesto. La actividad tendrá también una mirada especial hacia la juventud.

La falta de recursos será otro de los asuntos centrales. El 15 de octubre se desarrollará la mesa redonda "Recursos en salud mental", con profesionales de los ámbitos social, sanitario y judicial. El objetivo es dar a conocer qué herramientas existen, analizar cómo pueden coordinarse mejor y reflexionar sobre las carencias actuales. También se abordarán los cambios legales introducidos en 2021 respecto al anterior modelo de incapacidad judicial total y la necesidad de reconocer una mayor capacidad de decisión a las personas afectadas, teniendo siempre en cuenta el papel de las familias.

Durante la presentación, Elisabeth ha reconocido que existe una demanda cada vez mayor de atención y que faltan profesionales. En este contexto se trabaja en un proyecto, todavía sin cerrar, para ofrecer terapia grupal de salud mental de manera gratuita desde distintos

recursos. La intención es que, si finalmente sale adelante, pueda prolongarse durante varios meses para que resulte realmente efectiva.

La programación se completará con mesas informativas los días 6 y 13 de octubre por la mañana en los mercados de San Francisco y Central, además de acciones específicas en los centros educativos. Los alumnos de tercero de Primaria participarán en un cuentacuentos de sensibilización y el alumnado de primero de Bachillerato recibirá charlas dirigidas a prevenir problemas y normalizar la conversación sobre salud mental.

El sábado 14 de noviembre también se desarrollará una actividad en torno a "El verano en que mi madre tuvo los ojos verdes", que aborda distintas cuestiones relacionadas con esta realidad. El mensaje que atraviesa toda la programación es el mismo: visibilizar la salud mental, prevenir desde edades tempranas y recordar que pedir ayuda es necesario cuando hace falta.