



## Día Mundial de la Salud Mental 2019

El Día Mundial de la Salud Mental, una iniciativa de la Federación Mundial de la Salud Mental, se celebra cada año el 10 de octubre con el objetivo de sumar esfuerzos para mejorar la salud mental en todo el mundo.

Se pretende visibilizar la situación de las personas que tienen problemas de salud mental y reivindicar sus derechos.

En esta ocasión, la jornada está centrada en la prevención del [suicidio](#). Es importante que la sociedad sea consciente de la magnitud mundial del problema y de lo que cada uno de nosotros puede hacer para prevenirlo. Cada 40 segundos se suicida una persona. El suicidio no respeta edades y es la segunda causa de defunción entre los jóvenes de 15 a 29 años.

Hay que prepararse para dedicar el próximo 10 de octubre «40 segundos para actuar»: para combatir el estigma asociado con el suicidio, [para concienciarnos sobre lo que podemos hacer para prevenirlo](#), para hacer saber a las personas que están pasando por momentos difíciles que no están solas...

**“Aunemos esfuerzos para prevenir el suicidio”**

### Más información:

[https://www.who.int/docs/default-source/mental-health/suicide/flyer-spanish.pdf?sfvrsn=c7b612ff\\_2](https://www.who.int/docs/default-source/mental-health/suicide/flyer-spanish.pdf?sfvrsn=c7b612ff_2)

Artículo publicado el 9-10-2019, revisado por última vez el 9-10-2019

**La información ofrecida en En Familia no debe usarse como sustituta de la relación con su pediatra, quien, en función de las circunstancias individuales de cada niño o adolescente, puede indicar recomendaciones diferentes a las generales aquí señaladas.**

---

Más referencias sobre el tema e información sobre los autores en:

<https://enfamilia.aeped.es/noticias/dia-mundial-salud-mental-2019>