

SALUD MENTAL ESPAÑA presenta 'Diversamente', un nuevo portal elaborado por personas con trastorno mental

El Comité Pro Salud Mental en Primera Persona de la Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA presenta 'Diversamente', una web creada por expertos en salud mental. El portal recoge información rigurosa sobre qué hacer ante un problema de salud mental, testimonios en primera persona y distintos espacios para la colaboración y el apoyo mutuo

En España hay más de un millón de personas con un problema de salud mental que necesitan hablar y compartir sus experiencias, esas por las que otros han pasado antes, que puede que desconozcan y que, sin embargo, les brindarían el apoyo que necesitan para seguir adelante.

Bajo esta premisa nace 'Diversamente', la web que este martes ha presentado el Comité Pro Salud Mental en Primera Persona de la Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA y que ha sido creada por personas con problemas de salud mental para apoyarse mutuamente y compartir experiencias.

Se trata de un portal 100% accesible que incluye, además de información rigurosa sobre la salud mental y sobre qué hacer desde el momento en el que se empiezan a notar las primeras señales, testimonios de personas expertas en este campo. Porque, como ha explicado el presidente de SALUD MENTAL ESPAÑA, Nel A. González, "no hay mayor experto que el que vive una experiencia y sólo compartiendo lo que experimentan estas personas se puede ayudar a las demás".

El objetivo de esta plataforma no es, por tanto, teorizar ni academizar ningún concepto terapéutico, sino humanizar el proceso de reequilibrio que llevan a cabo las personas con problemas de salud mental para continuar con una vida plena y con autoestima después de un diagnóstico.

"Diversamente nace para ayudar a todas las personas que en algún momento de sus vidas han sentido angustia, desesperación, miedo, incompreensión, soledad... y es un trabajo en equipo creado enteramente por personas con experiencia propia en salud mental", ha insistido González.

Junto a él, han estado presentes en el acto de presentación de esta nueva web los protagonistas de algunos de los vídeos que se podrán ver en la sección 'En Primera Persona', ideada para compartir testimonios de superación. Así, tanto Enrique González como Isabel Cabrera y Basilio García, han relatado sus experiencias, sus estrategias para afrontar sus miedos y cómo han vuelto a caminar en la vida.

Para visibilizar los contenidos que los usuarios podrán encontrar en la sección 'Empodérate', el trabajador social de la Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA José Luis Méndez ha dirigido una

dinámica de empoderamiento para demostrar que este colectivo tiene que enfrentarse cada día a barreras invisibles como pueden ser los miedos y tabúes que existen aún hoy en torno a los problemas de salud mental.

Aparte de estas dos secciones, los usuarios encontrarán más recursos en 'Infórmate', desde donde se tendrá acceso a material audiovisual y documental, y en 'Exprésate', concebida para publicar todas aquellas habilidades (textos, poesías, pinturas, manualidades, etc) que las personas con problemas de salud mental quieran compartir.

Según ha resumido Nel A. González, el principal objetivo de 'Diversamente' es contar con una plataforma de diálogo e interacción que, además, ofrezca información y oriente sobre salud mental en primera persona. "Lo que se quiere es mostrar ejemplos de esperanza y buenas prácticas en salud mental y emocional con el objetivo de llenar de luz el camino de quien sufre", ha insistido.

Diversamente forma parte de las actividades del Programa de Promoción de la Salud Mental y Prevención de la Exclusión que ha ejecutado la Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA junto con sus entidades autonómicas en 2017 y que está subvencionado por el Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad a través de la Convocatoria de Subvenciones con cargo al IRPF.

Datos de contacto:

Autor

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Nacional Medicina Solidaridad y cooperación](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>