

Manifest del Dia Mundial de la Salut Mental 2024

“És l’hora de prioritzar la salut mental a la feina”

Un any més celebrem el Dia Mundial de la Salut Mental plegades i volem alçar la veu per reivindicar la feina com un element fonamental en el procés de recuperació de les persones amb problemes de salut mental i, alhora, unes condicions a la feina que no ens facin emmalaltir. Com bé diu el lema d’enguany: **“És l’hora de prioritzar la salut mental a la feina”**.

L’accés a una ocupació digna no només és un dret fonamental, sinó que és un factor clau per al reconeixement social, la vida independent i el benestar general de totes les persones. Tots sabem que la feina pot ser un factor de protecció per a la salut mental, però també pot ser una font d’estrès i problemes de salut.

Les dades són clares: el 2022, a Catalunya, va haver-hi gairebé **140.000 baixes laborals** per motiu de salut mental. Les baixes per aquest motiu s’han incrementat més del doble en els darrers 6 anys. A més, segons Obertament, **el 52% de les persones treballadores que han deixat d’anar a la feina per un problema de salut mental han amagat el motiu real** de la seva absència.

Dades de la Confederación Salud Mental España assenyalen que **només 2 de cada 10 persones que pateixen un problema de salut mental tenen feina**. Aquesta impactant xifra posa de manifest la barrera existent que tenim les persones amb trastorn de salut mental a l’hora d’accedir al mercat laboral.

A més de tot això, cal tenir en compte també aspectes com la inestabilitat a la feina, la temporalitat, els sous baixos o un entorn de treball deficient. **La falta d’una ocupació digna pot portar a un deteriorament de la salut mental**.

No tenir cura de la salut mental a l’àmbit laboral pot suposar, no només costos personals, sinó també per a les organitzacions i la societat en conjunt. **És essencial, per tant, que la salut mental esdevingui una prioritat en els entorns laborals**.

Manifest del Dia Mundial de la Salut Mental 2024 “És l’hora de prioritzar la salut mental a la feina”

Les persones amb problemes de salut mental ens enfrontem a nombrosos **obstacles** en el món laboral:

- Les persones que tenim un problema de salut mental ens enfrontem sovint a situacions d'**estigma i discriminació a l’hora d’accedir a la feina i rebre els suports necessaris** a l’entorn laboral.
- Les **dones** ens veiem (si ho llegeix una dona) afectades pels tradicionals rols de gènere, que afavoreixen la discriminació i les desigualtats a la feina.
- Ens trobem amb entorns laborals amb **càrregues de treball excessives, que no fomenten el nostre benestar, si no tot el contrari.**
- Massa sovint ens trobem **sense els suports que necessitaríem ni els recursos adequats que ens acompanyin** per gaudir d’una vida normalitzada al mercat de treball.
- Veiem com es perpetua la desigualtat en el mercat laboral per la **manca de polítiques que fomentin la contractació de persones** amb problemes de salut mental.

Davant d’aquesta situació, reclamem **mesures concretes**:

- És imprescindible garantir el dret de les persones amb problemes de salut mental a l'**accés a la feina**, així com als suports necessaris.
- És fonamental crear **entorns laborals saludables que previnguin i promoguin la salut mental**, amb formació específica per als equips i s’analitzin exhaustivament els riscos psicosocials.
- És important crear **entorns de confiança**, on les persones puguin sentir-se còmodes per compartir i comunicar les seves preocupacions.
- **Necessitem unes condicions laborals dignes**: garantir salaris justos, facilitar la flexibilitat laboral i la conciliació familiar i crear espais de cura i autocura a la feina.

Manifest del Dia Mundial de la Salut Mental 2024 “És l’hora de prioritzar la salut mental a la feina”

- Cal **informar sobre els recursos de suport** en salut mental, invertir en la creació dels recursos adients i posar en valor l’expertesa del teixit associatiu.
- És urgent **revisar el sistema de pensions** per tal d’adaptar-lo al moment vital de les persones.
- Necessitem fomentar **campanyes de sensibilització i formació en salut mental** per combatre l’estigma i construir una cultura laboral més inclusiva.
- **Cal promoure polítiques públiques que contribueixin a la igualtat d’oportunitats en l’accés al treball** de les persones amb problemes de salut mental i que promoguin també el **manteniment i benestar** en els entorns laborals.

Avui, més que mai, és l’hora de prioritzar la salut mental a la feina.

Juntes, administracions i ciutadania, podem fer del món laboral un espai on la salut mental sigui una prioritat.

Feliç Dia Mundial de la Salut Mental!