



ACTUALITAT | | Actualitzat el 10/10/2024 a les 19:00

Fins a un 25% dels joves tindran problemes de salut mental: què és el que més els preocupa?



Aquest dijous 10 d'octubre se celebra el Dia Mundial de la Salut Mental, una oportunitat per parlar d'una qüestió que afecta a tots i que, de fet, també ho fa amb gran mesura entre els joves.

Les dificultats laborals, l'accés limitat a l'habitatge i les conseqüències de la pandèmia han fet créixer els problemes de salut mental en la població jove, on 1 de cada 4 experimentarà un trastorn mental al llarg de la seva vida. A més, **entre el 35% i el 50% de les persones afectades no reben cap tractament o el tractament que reben no és l'adequat.**

Davant d'això, les infermeres d'atenció primària de l'Alficc alerten que els joves, que representen el 17% de la població a Catalunya, es troben immersos en una situació de vulnerabilitat creixent. Amb una taxa d'emancipació de només el 15,8%, molt per sota de la mitjana europea del 31,9%, i amb altes taxes d'atur i condicions laborals precàries, la inestabilitat econòmica i social contribueix de manera directa al deteriorament de la seva salut mental. La **sobrequalificació, l'alta temporalitat i els baixos salaris** agreugen encara més aquest escenari, especialment en un col·lectiu amb un 44% de població activa treballant i un 45% que estudia.



La situació és greu, els trastorns mentals en els joves ja representen el 12,5% de tots els problemes de salut, superant fins i tot altres afeccions com el càncer o els problemes cardiovasculars.

La **pressió a què estan sotmesos els joves, tant per la seva situació econòmica com per la pandèmia**, ha creat un escenari on la salut mental ha passat a primer pla. Per això, és necessari invertir en professionals de la salut, especialment en l'atenció primària, per assegurar que els joves rebin el tractament i l'acompanyament adequat per mantenir la seva salut emocional.

En aquest article pots trobar consells sobre **com saber quan haig d'anar a teràpia** o com treure't les pors per fer-ho.