

# Creativa y comprometida semana desde el Hospital Tagarelli por la Salud Mental

11 octubre, 2024



**Se realizaron actividades e intervenciones artísticas en distintos servicios del hospital departamental. Culminó con una jornada preventiva e informativa para la comunidad.**

Cada 10 de octubre se celebra el Día Mundial de la Salud Mental. Con el objetivo de concientizar sobre los problemas relacionados con la salud mental y movilizar esfuerzos para ayudar a mejorarla, el Hospital de San Carlos llevó adelante una importante agenda de actividades durante diez días. Se centró en motivar la creatividad de las personas y que esta sea una herramienta para el cuidado de la salud mental.

Las actividades se iniciaron el 1 de octubre en la guardia del

hospital, con un pequeño concierto musical, el cual inspiró a los presentes a cuidar los vínculos emocionales. La actividad también tuvo un gran alcance en las redes sociales de la comunidad.

“Creemos fundamental poder establecer de forma clara la relación que existe entre la salud mental y las actividades artísticas, como una relación bidireccional y positiva”, explicaron desde el equipo de Salud Mental del Hospital Tagarelli. A razón de esto es que se planificaron diversas actividades artísticas, con los equipos del hospital y con los pacientes, como murales, talleres de origami, musicales, y talleres y exposiciones de danza.

Los equipos profesionales también explicaron que “la relación entre la salud mental y la creatividad es fascinante y compleja. Por un lado, una buena salud mental puede fomentar la creatividad, ya que un estado emocional positivo permite explorar ideas y experimentar sin temor. Asimismo, la creatividad a menudo florece en entornos donde las personas se sienten seguras y apoyadas, mientras que la lucha emocional a menudo se convierte en una fuente de inspiración, permitiendo la expresión de experiencias profundas y a veces dolorosas”.

También destacaron que es importante reconocer que el estrés, la ansiedad y la depresión pueden limitar la creatividad, haciendo que sea más difícil concentrarse o encontrar motivación. Promover el bienestar mental a través de prácticas como la meditación, el ejercicio y el apoyo social puede ser crucial para mantener un flujo creativo saludable.

La directora del Hospital de San Carlos, Silvina Cordoba, agradeció el compromiso de todos los equipos para realizar las actividades en los días previos al 10 de octubre, y durante la jornada final que se llevó a cabo para la comunidad. “Queremos promover buenos hábitos de cuidado en la salud mental de todos los habitantes de San Carlos, y por eso culminamos las acciones con una Jornada para toda la comunidad,

con *stands* que informan todos los servicios médicos y de ayuda que tenemos en nuestro hospital para toda la comunidad. También están presentes los equipos de la Municipalidad de San Carlos con sus servicios”, explicó Córdoba, y agregó: “Es muy importante que todos sepan que en este hospital hay servicios y profesionales especializados que pueden ayudarlos”.

En la jornada de concientización, llevada a cabo ayer jueves 10 de octubre, participaron equipos de guardia del hospital, laboratorio, Servicio de Nutrición, toda el Área de Salud Mental del hospital, incluyendo el taller de huerta, proyecto de reciclaje y el grupo GIA. También, el SEOS del hospital y las áreas de Juego Responsable y Salud Sexual y Reproductiva. Además, estuvieron presentes integrantes de la Dirección de Desarrollo del Municipio, de Mujer, Género y Diversidad, y de Niñez y Discapacidad. Acompañaron las acciones instituciones educativas como el profesorado de Lengua y Literatura del IES Vera Peñaloza, PIPS Ateliers de los Artistas, Academia de Balance Árabe, Ballet Folcloreando Siempre y el Gimnasio Go Fit.

(Fuente: Prensa Gobierno de Mendoza)