

# Salut mental en adolescents a Barcelona

## Enquesta FRESC 2021



### Què és la salut mental?

És un estat de benestar en el què una persona és conscient de les seves capacitats, pot afrontar les tensions normals de la vida, pot treballar de manera fructífera i fer una contribució a la seva comunitat.

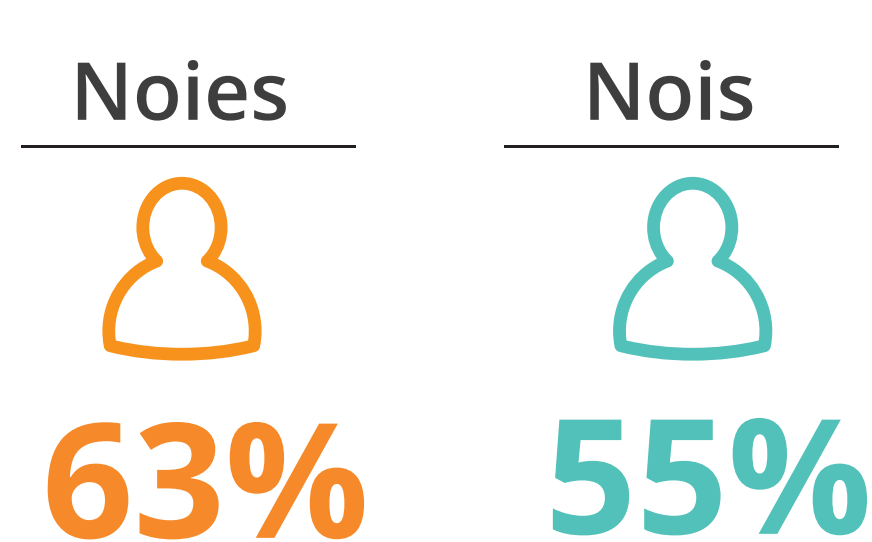
### Existència de desigualtats en salut mental



S'observen importants desigualtats:

#### Les noies presenten:

- Més malestar emocional
- Més insatisfacció amb la vida
- Pitjor estat d'ànim
- Més insatisfacció amb la seva imatge corporal



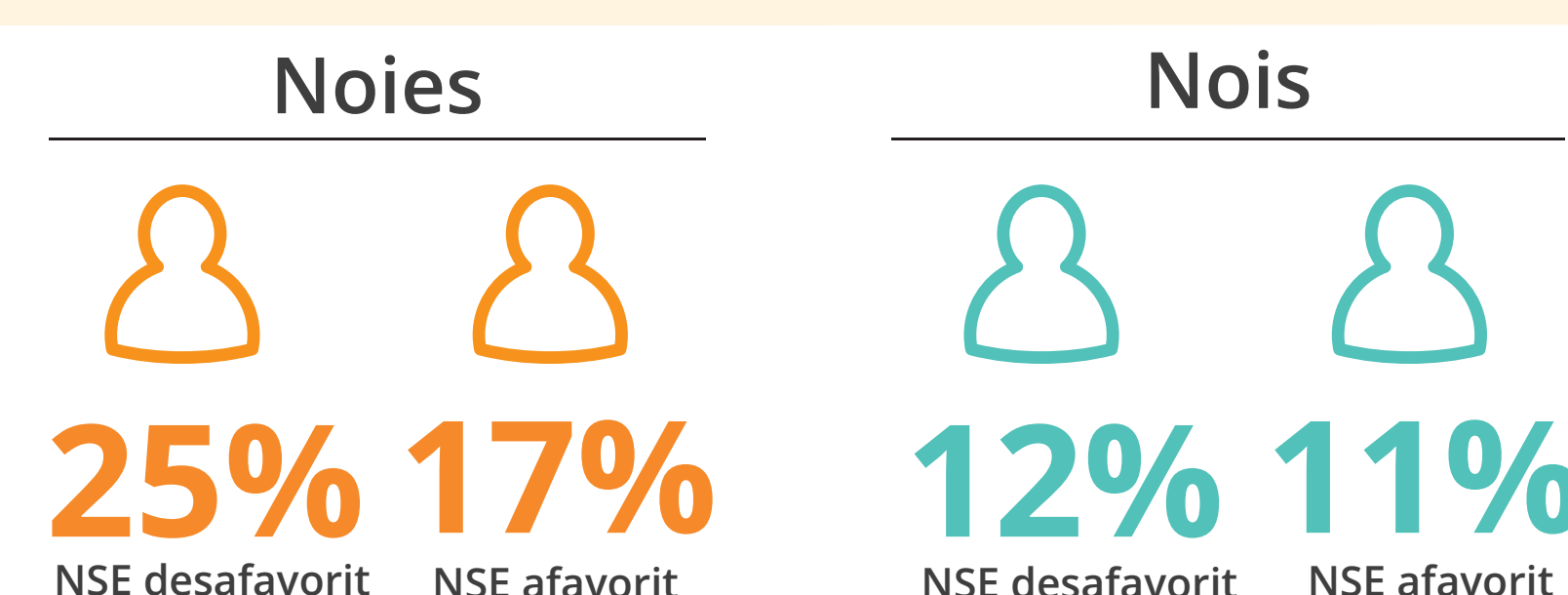
Declaren insatisfacció amb la seva imatge corporal



Gènere

#### Als barris de nivell socioeconòmic desfavorit (NSE) s'observa:

- Més malestar emocional
- Més risc de mala salut mental

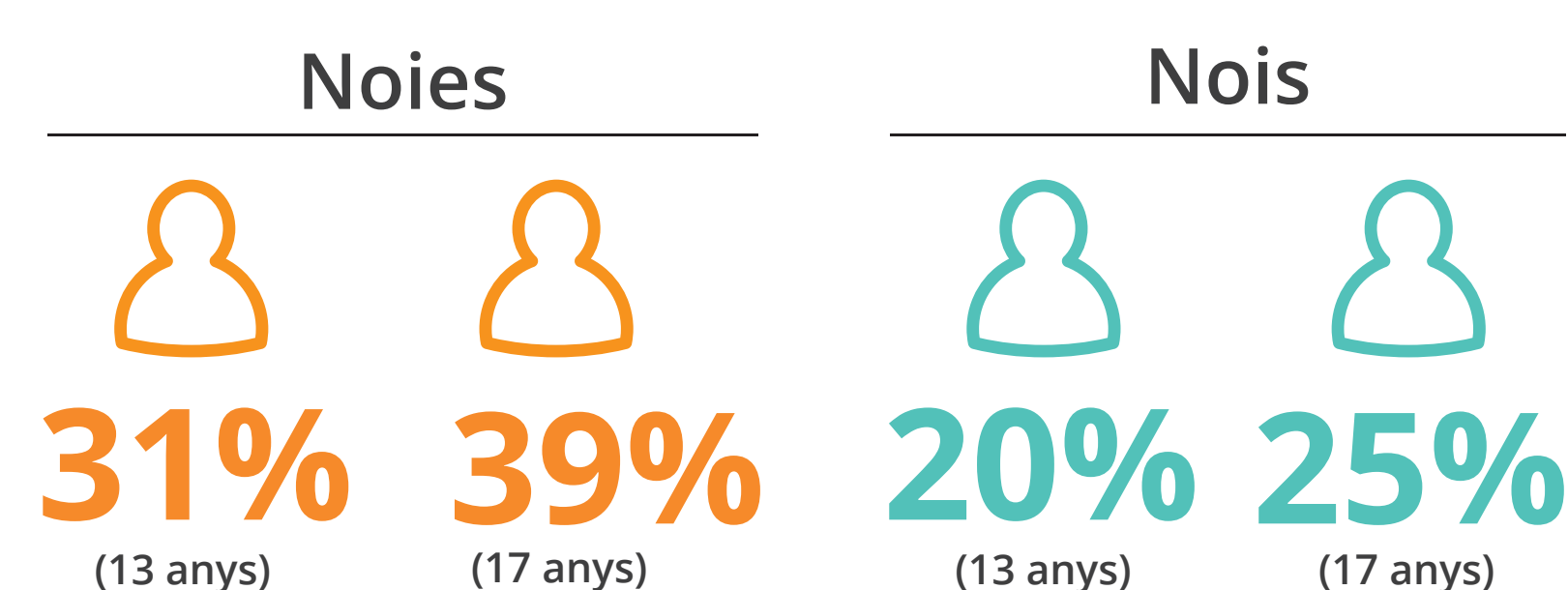


Presenten risc de mala salut

Nivell socioeconòmic

#### A més edat s'observa:

- Més malestar emocional
- Menys insatisfacció amb la seva imatge corporal
- Més insatisfacció amb la vida



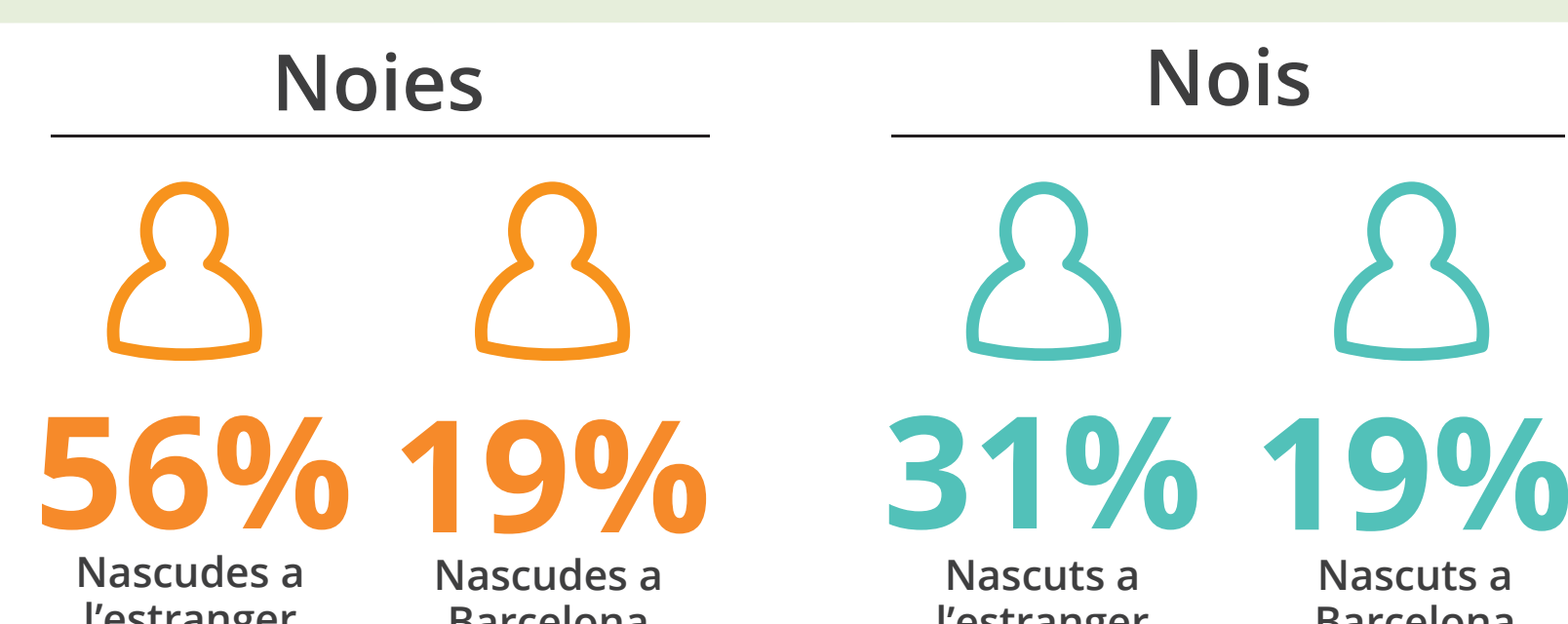
Expresen insatisfacció amb la vida

Edat

Orígen

#### Les persones nascudes a països estrangers declaren:

- Més insatisfacció amb la vida
- Més malestar emocional



Manifesten malestar emocional

### Com actuar?

#### Vigilància de la salut mental

Avançar en el coneixement de la salut mental i dels seus determinants.



#### Promoció de la salut mental

Implementar programes de promoció de la salut mental als centres educatius i impulsar l'acció comunitària. Combinar-ho amb polítiques intersectorials que actuïn sobre els determinants de la salut mental.



#### Atenció i cura de la salut mental

Impulsar serveis específics a l'atenció primària, l'especialitzada i a l'entorn comunitari.



#### Combatre l'estigma

Desenvolupar accions de suport i comunicació per combatre l'estigma associat a la salut mental.

