**CONMEMORA DIF BJ “TERCER CONGRESO DE SALUD MENTAL” PARA MITIGAR LA DEPRESIÓN Y ANSIEDAD EN JÓVENES**

**Cancún, Q. R., a 10 de enero de 2025.-** En el marco del Día Mundial para Lucha contra la Depresión, el sistema DIF Benito Juárez llevó a cabo el “Tercer Congreso de Salud Mental” en el salón “Malala” del Colegio Boston, con el objetivo de reflexionar sobre este tema que afecta la salud mental de la comunidad, principalmente de los adolescentes que se encuentran en una etapa crucial de su desarrollo emocional y social.

En representación de la Presidenta Municipal, Ana Paty Peralta, la directora del sistema DIF Benito Juárez, Marisol Sendo Rodríguez, aseguró que “para nosotros en el Municipio y a través del sistema DIF es muy importante seguir fortaleciendo la salud mental en nuestros adolescentes y comunidad en general. Estamos comprometidos con la salud mental de nuestros ciudadanos y especialmente con la salud de nuestros adolescentes. Queremos seguir impulsando programas que prioricen su bienestar, con talleres educativos, espacios seguros y lo más importante, un acceso más amplio a servicios psicológicos”.

Reconoció la labor de dicha dependencia y a la Coordinación de Salud Mental, por compartir información valiosa y dar a conocer los servicios que se ofrecen en el Municipio, además, los jóvenes comúnmente no cuentan con las herramientas necesarias para manejar las tensiones internas que surgen por los cambios de la adolescencia. Por lo que prevenir la depresión y la ansiedad no solo es cuidar la salud de una persona, sino salvar futuros para construir una comunidad más fuerte, empática y resiliente.

Por su parte, el subsecretario de salud de Quintana Roo, Jorge Gutiérrez Contreras, aseguró que la nostalgia tiende a bajar el estado de ánimo en las personas, por ello, a través de las herramientas dadas por los psicólogos se fortalecerán las bases para tener una mejor condición de salud mental y emocional para hacer las actividades académicas y laborales.

Entre las ponencias dirigidas a las y los jóvenes destacan: Reglas y límites; red flags en el noviazgo, la adolescencia y el deporte; inteligencia emocional, ansiedad y tú, aprendiendo sobre el autismo, mitos acerca del tratamiento psiquiátrico, psicología en el Municipio, manejo de la ansiedad, así como diversas ponencias simultáneas en salones adyacentes.

A este importante Tercer Congreso de Salud Mental, estuvo en representación de la Presidenta Honoraria del Sistema DIF Quintana Roo, Verónica Lezama Espinosa asistió Clara Angélica Alonso Góngora; el director del Instituto Municipal Contra las Adicciones (IMCA), Alberto Ortuño Báez; el coordinador de salud mental del DIF BJ, Luis Cabrera y las autoridades del Colegio Boston, anfitrión del evento.

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

**CAJA DE DATOS**

Casos atendidos en el DIF BJ (2024):

• Conducta: 535 (13.6%)

• Ansiedad: 495 (12.6%)

• Depresión: 401 (10.2%)

• Orientación parental: 357 (9.1%)

• Duelo: 211 (5.4)