Hermanas Hospitalarias
RED DE SALUD MENTAL SAN BENITO MENNI

Nubes Blancas

El boletín de los usuarios de la RED

EDICIÓN ESPECIAL

El Día Internacional de la Salud Mental

El 10 de octubre se conmemoró este Día y un grupo de usuarias y usuarios de la Red de Salud Mental San Benito Menni contestaron algunas preguntas alusivas a la Salud Mental y enviaron un cuestionario a la Hermana Milagros para conocer su opinión.

¿Qué es salud mental?

Juana: Es cuando las personas producen enfermedades por herencia, también por situaciones difíciles de la vida y muchas veces por problemas con la sociedad. Se pueden tratar con remedios y harto apoyo profesional.

Sarita: es tranquilidad y poder estar bien.

¿Porque crees tú que se conmemora mundialmente un día de la salud mental?

Juana: Para que seamos escuchados y nos respeten como personas humanas que somos. Además en todo el mundo hay personas que sufren de los nervios y deben ser atendidos.

Sarita: Porque hay mucha discriminación. Nosotros no somos personas malas y somos muy inteligentes. Así que deben cambiar que nos miren en menos. Yo he demostrado que se puede salir adelante.

¿Qué crees tú que falta para que la salud mental sea considerada como se merece?

Juana: que nos respeten humanamente y que no seamos rechazados por la sociedad y que nos incluyan. Tenemos muchos valores.

Sarita: Faltan más hospitales y profesionales. Falta más amor y que nos traten como seres humanos normales.

¿Qué debemos hacer para cuidar nuestra salud mental?

Juanita: Ir a todos los controles médicos, tomarse la medicación, alimentarse bien, asistir a talleres, realizar las labores de la casa, y ponerme linda todos los días.

Sarita: dedicarme a leer la biblia y orar para que nos cuidemos, tomarse la medicación, alimentación saludable y descansar y dormir las 8 horas diarias.

La Entrevista a Hermana Milagros

Por el grupo NUBES BLANCAS

1. ¿Que es la salud mental?

La salud mental incluye nuestro bienestar emocional, psicológico y social. Afecta la forma en que pensamos, sentimos y actuamos cuando enfrentamos la vida. También ayuda a determinar cómo manejamos el estrés, nos relacionamos con los demás y tomamos decisiones. La salud mental es importante en todas las etapas de la vida, desde la niñez y la adolescencia hasta la adultez y la vejez.

2. ¿Cómo se relaciona la salud mental con la espiritual?

Las creencias espirituales o religiosas son parte de lo que traen los pacientes con ellos cuando entran al salón de asesoría "no las dejan en la puerta".

Una psicoterapia exitosa ayuda a los pacientes a conectarse con sus recursos espirituales y sociales para así poder resolver sus problemas.

La asesoría espiritual integrada les ofrece a los pacientes conocimientos que se pueden practicar a medida que se presenten crisis a través del ciclo de la vida.

3. ¿Existe en la Palabra de Dios algún acercamiento a la realidad que se vive con personas que sufren alguna enfermedad de salud mental?

Salmo 77,2.- Al Señor busqué en el día de mi angustia; Alzaba a Él mi mano de noche, sin descanso. Mi alma rehúsa el consuelo.

Eclesiastés1,17.- ...y dediqué mi corazón a conocer la sabiduría, y también a entender las locuras y desvaríos; conocí que aún esto era aflicción de espíritu.

Mc.14.34.- ...comenzó a entristecerse y angustiarse...mi alma está triste, hasta la muerte.

4.-¿De que manera continuamos la obra e historia de San Benito Menni con usuarios en el día de hoy?

Desde nuestros inicios, siguiendo la voluntad expresa de nuestro Fundador, hemos recreado el espíritu hospitalario adaptándonos a las exigencias de época y lugar.

Reconocemos que preparar el futuro significa trabajar el presente con la mirada abierta al tiempo nuevo que viene.

Hoy una nueva situación ha motivado la necesidad de expresar actualizadamente la identidad de toda la Institución para compartir todos juntos la tarea y caminar procesualmente.

Hemos de priorizar que la preparación de los colaboradores que se incorporan garantice su identificación con la Hospitalidad para trabajar en "Misión Compartida".

Galería de Fotos

Día de la Salud Mental en Residencia San Juan

Cumpleaños de Juan Cáceres en Residencia San Benito

Tejiendo al sol en Residencia San Benito