



Unidad de Comunicación Social

Ciudad de México, lunes 3 de mayo de 2021
No. 183/2021

BOLETÍN DE PRENSA

Por ansiedad y depresión a causa del confinamiento, IMSS implementó estrategias para atender salud mental

- En apoyo a menores y adolescentes, se mantienen consultas en psicología, psiquiatría y paidopsiquiatría.
- Para una buena salud mental es importante mantener relaciones familiares equilibradas, abiertas al diálogo y con respeto a cada persona.

El Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) hace frente a trastornos como ansiedad o depresión, generados por el confinamiento, a través de llamadas telefónicas y redes sociales, y mantiene servicios de consultas en psicología, psiquiatría y paidopsiquiatría, a fin de conservar una adecuada salud mental en niñas, niños y adolescentes.

El doctor Juan Diego Martínez Franco, coordinador de Programas Médicos adscrito a la División de Hospitales del Segundo Nivel del IMSS, expuso que derivado de la emergencia sanitaria de COVID-19, el IMSS implementó un programa de salud mental para orientar a padres de familia para el mejor cuidado de sus hijos, ya que algunos desarrollaron ansiedad, depresión, problemas para conciliar el sueño y trastornos de atención.

Consideró que mantener una niñez y adolescencia sana es fundamental para que cuando estos lleguen a ser adultos sean mejores en su actividad profesional y familiar.

“Para esto se debe lograr un equilibrio en su salud global, es decir, tanto física como emocional”, enfatizó.

El doctor Martínez Franco señaló que para una buena salud mental es importante mantener relaciones familiares equilibradas, abiertas al diálogo y con respeto a cada persona.

También aconsejó que la alimentación sea balanceada, fomentar actividades recreativas, equilibrar horarios entre juegos y tareas, y procurar que duerman un promedio de ocho horas y sin distractores en la habitación como un celular.



Unidad de Comunicación Social

Indicó que el confinamiento implicó en los menores un cambio al que tuvieron que adaptarse, ya que todas las actividades las han tenido que desarrollar desde casa.

El doctor Juan Diego Martínez Franco refirió que los adultos deben mantener un manejo adecuado de los horarios de sus hijos y no presionarlos mientras continúan adaptándose a su nuevo contexto.

Hizo un llamado a mantener las medidas de protección personal como sana distancia, uso de cubrebocas y alcohol gel, lavado de manos, entre otras, para prevenir contagios de COVID-19.

La Orientación Médica Telefónica en Salud Mental es a través del número 800-2222-668, opción 4, donde psicólogos y psiquiatras brindan atención, de lunes a viernes de 08:00 a 20:00 horas.

---oOo---

