# Discurso Torneo estudiantil

# Campamento Virtual de Estudiantes Inventores

Buenas tardes a todos los presentes, mi nombre es Martina Muñoz, represento a la Escuela Básica 5 de Gorbea y en esta ocasión presentaré una propuesta para afrontar la pandemia que vivimos actualmente, quisiera comenzar agradeciendo la oportunidad de participar en una iniciativa que recoja las ideas de jóvenes de diversos países de latinoamérica. De acuerdo a información entregada por la Organización Mundial de la Salud. El 22,4% de la población latinoamericana, es decir, alrededor de 1 de cada 5 personas sufre de algún trastorno mental, siendo de los más comunes la depresión y la ansiedad severa. Vale recordar que más de 300 millones de personas en todo el mundo viven con estas dolencias que merman su productividad y de vida.  Con la campaña "YO PUEDO TV", llamamos la atención a la falta de apoyo a las personas que enfrentan trastornos mentales. Incluso en el mundo desarrollado, casi el 50% de las personas con depresión no reciben tratamiento. En promedio, sólo el 3% de los presupuestos de salud de los gobiernos se invierten en salud mental, que van desde menos del 1% en los países de bajos ingresos al 5% en los de altos ingresos. Siendo estos trastornos aún más graves en la población juvenil, pues si no son tratados en edad temprana pueden terminar en situaciones aún más graves, como auto-lesiones e incluso el suicidio, tenemos por ejemplo, el caso de Chile, uno de los países latinoamericanos con las tasas de suicidio más altas de latinoamérica, en el que, según el informe de “Epidemiología del Suicidio en la Adolescencia y Juventud” del Departamento de Salud Pública de la Universidad Católica, para el año 2010, se estimaba que se suicidan 12 de cada 100.000 jóvenes entre los 10 y los 19 años En la actualidad, producto de la pandemia en la que nos encontramos, es probable que las cifras de enfermedades aumenten, pues nos sometemos a situaciones de alto estrés, como las medidas de confinamiento y cambios drásticos en nuestra rutina diaria  Por ejemplo, en palabras de Dévora Kestel, directora del Departamento de Salud Mental y Abuso de Sustancias de la OMS, ya se ha detectado un incremento de la prevalencia de la angustia de un 35% en China, un 60% en Irán o un 40% en Estados Unidos, tres de los países más afectados por la pandemia. Por lo tanto, es fundamental que generemos medidas para prevenir, detectar y tratar los diversos trastornos mentales a los que podrían verse sometidos los jóvenes y niños tanto a nivel nacional, como latinoamericano.

A modo de solución de esta problemática, se sugiere implementar campañas que utilicen los medios de comunicación, para transmitir información de cómo prevenir, detectar y tratar estas enfermedades. El foco principal estaría orientado en un programa de TV abierta, que  sería transmitido por canales nacionales de distintos países, algo similar a la iniciativa TV Educa Chile, iniciativa conjunta entre ANATEL, el CNTV y el gobierno de Chile busca complementar la educación impartida por los distintos centros educacionales a lo largo del país, durante el tiempo de pandemia, sin embargo, en este caso, el programa estaría orientado a la salud mental de los jóvenes y niños latinoamericanos.

El programa incluirá actividades como: Baile entretenido, que ayuda a mejorar el estado de ánimo y a conectar con los demás, además de ser útil para eliminar estrés y mejorar el autoestima. Yoga y relajación, que ayuda a la concentración, mejorar el sueño, estado de ánimo y convivencia con otras personas, además de ser un buen canalizador para el estrés. Meditación guiada, que es útil para mejorar el control emocional, el autoconocimiento y reducir niveles de estrés y ansiedad.

El programa se llevará a cabo con el apoyo de distintos especialistas, tales como psicólogos, los cuales enseñarán técnicas que ayudan a sentirte mejor contigo, herramientas para manejar conflictos, y maneras de vivir en armonía con los demás y con uno mismo. Terapeutas ocupacionales, que buscan ayudarte a alcanzar el bienestar y calidad de vida , maximizan la autonomía en el auto cuidado y aceptación personal, ofrecen habilidades y destrezas necesarias para desarrollar las tareas de la vida cotidiana. Y psiquiatras, que se centrarán en dar información sobre los casos más severos de enfermedades mentales, las cuales necesitan atención directa.

Además, el programa cuenta con una fase de atención más personalizada, que ayudará a detectar enfermedades mentales en jóvenes y niños, la cual estará mediada por los establecimientos educacionales, en la cual se entregará información sobre diversos síntomas de trastornos mentales y tests que puedan medir si existe la presencia de alguno de estos en los estudiantes, los cuales serían derivados a atención con el personal psicoeducativo de cada establecimiento educacional, con el fin de diagnosticar y tratar de manera adecuada, el trastorno que esté sufriendo el menor.

Entonces, a modo de resumen podemos decir que el proyecto “YO PUEDO TV” cuenta de 3 etapas principales, la primera, el programa televisado en el que se entregará información y tips para evitar trastornos mentales, la segunda, coordinada por establecimientos educacionales en la que se identificará la presencia de estos trastornos en estudiantes y la última, en la que se dependerá de ayuda profesional, en la que se dará tratamiento a estos trastornos. Para finalizar, presentaré un video que toma los puntos principales de la 1ra etapa del proyecto.