



NOTA DE PRENSA

[Accede aquí al primer vídeo de la iniciativa](#)

El CGE inicia una campaña audiovisual para visibilizar la Salud Mental ante el incremento de trastornos y patologías entre la población

- **El entorno laboral, social y económico, junto a los cambios de una sociedad cada vez más exigente hace que la salud mental de la población haya empeorado en los últimos años. Los trastornos por ansiedad y depresión, seguido del sueño, el consumo de sustancias y el aumento de las conductas suicidas serían los problemas de salud mental más extendidos.**
- **Con el objetivo de visibilizar el cuidado de la salud mental, el Consejo General de Enfermería (CGE), con el apoyo de la Asociación Española de Enfermería de Salud Mental (Aeesme) inicia una campaña audiovisual formada por 12 minipíldoras de educación sanitaria protagonizadas por enfermeras. Una vez al mes, la institución hará público un contenido con consejos enfermeros que abordan desde cómo afrontar un trastorno de la conducta alimentaria hasta factores de alerta de la depresión y cómo abordarla.**
- **“Atendemos a un gran volumen de personas con malestar emocional persistente, problemas con el manejo de la alimentación, que realizan un mal uso de las redes sociales o que presentan trastornos como la ansiedad o el estrés. Como especialistas en Salud Mental, las enfermeras podemos contribuir a desmontar mitos y a educar en salud para un correcto autocuidado. Tenemos un papel crucial y a través de esta campaña nos centraremos en la prevención gracias a materiales claros, breves y directos que mejoren la vida de los pacientes”, explica Florentino Pérez Raya, presidente del CGE.**

Madrid, 17 de febrero de 2026.- Cerca del 34% de la población española padece algún problema de salud mental. Tal y como se desgana del último informe del Sistema Nacional de Salud (SNS), publicado por el Ministerio de Sanidad, la depresión y los trastornos de ansiedad son los más frecuentes, seguidos de los Trastornos de la

Conducta Alimentaria (TCA). El consumo problemático de sustancias o los trastornos del sueño son otros problemas acuciantes en la sociedad. Además, las conductas suicidas han aumentado considerablemente en los últimos tiempos. El 2024 registraba cerca de 4.000 suicidios, con tasas significativamente superiores en hombres que en mujeres.

El entorno laboral, social y económico, junto a los cambios de una sociedad cada vez más exigente e influenciada por las redes sociales hace que la salud mental haya empeorado considerablemente en los últimos años. Con el objetivo de visibilizar el cuidado de la salud mental, el Consejo General de Enfermería (CGE), con el apoyo de la Asociación Española de Enfermería de Salud Mental (Aeesme) ha iniciado una campaña audiovisual formada por 12 minipíldoras de educación sanitaria protagonizadas por enfermeras. Así, una vez al mes hasta diciembre, la institución hará público un contenido en su [Canal Enfermero](#) con consejos enfermeros que abordan temáticas relacionadas con el cuidado de la salud mental, que van desde cómo afrontar un Trastorno de la Conducta Alimentaria (TCA) hasta factores de alerta de la depresión y cómo abordarla.

"Atendemos a un gran volumen de personas con malestar emocional persistente, problemas con el manejo de la alimentación, que realizan un mal uso de las redes sociales o que presentan trastornos como la ansiedad o el estrés. Como especialistas en Salud Mental, las enfermeras podemos contribuir a desmontar mitos y a educar en salud para un correcto autocuidado. Tenemos un papel crucial y a través de esta campaña nos centraremos en la prevención gracias a materiales claros, breves y directos que mejoren la vida de los pacientes", explica Florentino Pérez Raya, presidente del CGE.

Material divulgativo

La campaña promete publicar una vez al mes -hasta finales de 2026- un vídeo divulgativo protagonizado por una enfermera especialista en Salud Mental que aborde una patología o trastorno de salud mental concreto, con el objetivo de ofrecer consejos claros y directos a la población y así mejorar su autocuidado y bienestar. El primero de ellos, [TDAH: signos de alarma y tratamiento](#), está centrado en cómo identificar este trastorno de neurodesarrollo crónico y en el acompañamiento diario del adulto o niño afectado.

"Nuestro trabajo se centra en el acompañamiento continuo, la mejora de la conciencia de la enfermedad, el apoyo emocional y el desarrollo de estrategias de afrontamiento que ayuden a las personas a manejar sus problemas en la vida diaria. Iniciativas comprometidas como esta son esenciales porque contribuyen a visibilizar el trabajo de las enfermeras, nuestra cercanía y presencia real en el cuidado de la salud mental. Este tipo de recursos llegan fácilmente a la población y pueden utilizarse directamente con los pacientes como apoyo terapéutico. El camino a seguir debe ser la prevención y apostar por la educación emocional desde edades tempranas, con una mayor presencia de las enfermeras en los colegios y espacios comunitarios, para prevenir el malestar

antes de que se convierta en una enfermedad”, asegura Andrea Lombardero, enfermera especialista en Salud Mental y protagonista de algunos de estos contenidos.

Por su parte, María Ramírez, enfermera especialista en Salud Mental en el Hospital Universitario Dr. Rodríguez Lafora (Madrid) y participante de la campaña, asevera que la enfermera de Salud Mental “dentro del equipo multidisciplinar y con una dinámica interdisciplinar garantiza el cuidado integral, puede llevar a cabo intervenciones individuales en consulta, educar en salud, monitorizar la adherencia al tratamiento y acompañar en todo el proceso”.

Una de las temáticas que abordarán estos vídeos es el manejo de las redes sociales, especialmente enfocado en la población femenina, duramente castigada por la presión estética a la que está sometida. “Las mujeres están presentes en redes sociales de manera habitual, por lo que no usar estos canales para lanzar mensajes de autocuidado, pensamiento crítico, establecimiento de límites y promoción de la salud, les deja más expuestas a discursos que sí hacen daño. Las redes son un determinante clave de la salud mental, afectan especialmente a la mujer por la cultura de la comparación constante o la autoexigencia para cumplir ciertos estándares. Todo esto puede derivar en ansiedad, depresión, trastornos de la imagen corporal o *burnout*, entre otros. Es por ello que nuestro papel es clave porque acompañamos sin juzgar, creando un espacio seguro, validando emociones y ayudando a identificar fuentes de malestar”, sigue Miriam Alonso, enfermera especialista en Salud Mental en el Dr. Rodríguez Lafora (Madrid), y voluntaria en la campaña.

Otro de los temas que se tratarán es la salud mental en edades avanzadas. “Durante la vejez las patologías más habituales como la depresión o la ansiedad a menudo están infradiagnosticadas, además, el estigma alrededor de la salud mental sigue presente, haciendo que muchas personas mayores no pidan ayuda”, explica Adriana Anoruo, especialista en Salud Mental en el Hospital Dr. Rodríguez Lafora de Madrid, que también participa en la campaña.

Una iniciativa comprometida

Esta iniciativa busca el compromiso de toda la sociedad, por ello, el CGE pondrá a disposición de toda la Organización Colegial de Enfermería -formada por los Consejos Autonómicos y Colegios Provinciales de Enfermería- estos materiales para que puedan divulgar el conocimiento enfermero sobre salud mental entre su población más directa.

Por su parte, Francisco Megías, presidente de la Asociación Española de Enfermería de Salud Mental (Aeesme), ha felicitado al CGE por la iniciativa, “ya que, a buen seguro tendrá repercusión en la población en cuanto a información e identificación una vez más de los cuidados especializados de las enfermeras de Salud Mental”.

El proyecto pretende, a través de la Unidad de Cultura Científica del CGE, sentar las bases de nuevas acciones para visibilizar los problemas de salud mental entre la población, y así cumplir con su objetivo de bienestar social.

“No estamos ante una sociedad “más débil”, sino que es una sociedad con más dificultades para sostener el malestar y afrontarlo de forma saludable. Con el apoyo de toda la Organización Colegial lograremos crear una red comprometida con la salud mental y capaz de trasladar los conocimientos enfermeros a todas las regiones, algo fundamental para comprender cuáles son las necesidades particulares de cada población en términos de salud mental”, concluye María del Mar García, vocal de Salud Mental del CGE.