El projecte europeu MENTBEST de prevenció del suïcidi i la depressió constata la major prevalença dels problemes de salut mental en les dones

Santa Coloma lidera junt amb l'Hospital del Mar un programa de millora del benestar mental dels seus habitants que arriba ara a l'equador

Les dades inicials de l'estudi fet pel projecte europeu MENTBEST a la zona que comprèn Santa Coloma de Gramenet i el barri de Sant Martí de Barcelona entre un miler de persones, mostren que significativament més dones (32,9%) que homes (20,0%) refereixen haver rebut un diagnòstic de depressió al llarg de la seva vida. Així mateix, el 22% de les dones presenten símptomes de depressió clínicament rellevants, comparat amb un 16% dels homes i, el 35% de les dones presenten símptomes d'ansietat clínicament rellevants, comparat amb un 27% dels homes. El qüestionari explora les actituds estigmatitzants envers la depressió i mostra que els homes enquestats presenten creences més negatives sobre les persones amb depressió. Aquestes actituds poden suposar una barrera per la recuperació del trastorn.

Santa Coloma de Gramenet és l'únic territori de l'Estat espanyol que acull des de fa un any aquest projecte de la Unió Europea pioner en la prevenció del suïcidi i la depressió, que només es desenvolupa a cinc països europeus. Aquest programa, liderat en l'àmbit català pel dr. Benedikt Amann de l'Hospital de la Mar Barcelona, intervé de manera transversal en diferents nivells de la comunitat. L'objectiu és abordar de manera comunitària la prevenció del suïcidi, la reducció de la depressió i el malestar emocional en les comunitats que estan en ràpida transformació, posant especial atenció a les persones més vulnerables. L'enfocament comunitari permet, entre d'altres, reduir l'estigma al voltant de qüestions de salut mental, promovent així conductes de cerca d'ajuda.

El projecte, que es troba en el segon any de la seva aplicació, ha partit de la base d'una enquesta local que ha confirmat les dades dels estudis sobre salut mental de la recent Enquesta de Salut de Catalunya (ESCA) que revela que el 7,5% de les dones a Catalunya presenten símptomes de depressió moderada o greu, gairebé el doble que en els homes (4,0%). Així doncs, el malestar emocional continua sent superior en dones, especialment en majors de 74 anys.

MENTBEST ha arribat aquest 2026 a l'equador del projecte amb un desplegament d'iniciatives d'intervenció comunitària de gran abast que inclouen la formació de professionals de la comunitat, amb un total de 291 professionals, entre professionals sanitaris, docents i altres treballadors. També s'han impartit tallers a instituts i centres de formació professional per a 744 joves de Santa Coloma, així com cinc tallers a familiars de persones amb problemes de salut mental. Les iniciatives també abasten campanyes i esdeveniments per a la població general, com diverses cerimònies per donar a conèixer el projecte, tant a la ciutadania en global com als joves en particular, festivals de música, esdeveniments per parlar sobre suïcidi, tant a la població general o a professionals, una marxa nòrdica per recaptar diners per la investigació en salut mental, el patrocini de la Lliga Talent, una lliga per fomentar el futbol inclusiu, i campanyes de psicoeducació i autoestima, amb cartells publicitaris a autobusos i parades del metro de Santa Coloma.

El treball de MentBest posa l'accent en la participació activa amb aquelles organitzacions i associacions que estiguin ja arrelades a la localitat i que, per tant, coneguin de primera mà les necessitats i buits existents de la població a nivell de salut mental. Es tracta d'una intervenció ambiciosa que pretén implicar i interpel·lar a totes aquelles persones i institucions que puguin estar interessades i que identifiquin alguns problemes en l'atenció i maneig del sofriment psicològic dels habitants de Santa Coloma.

Un cop acabada la intervenció, d'aquí a un any, el projecte preveu fer una nova enquesta a la població per tal de tornar a registrar el pols social en salut mental i constatar els beneficis de totes les actuacions realitzades durant els dos anys de programa, un projecte que ha obtingut resultats d'excel·lència en les altres ciutats europees participants.