MORRIÑA GROUP

Colegio Apóstol Santiago

NOSOTRAS

MARTA NOGUEIRA

CANDELA CHAPELA

SOFÍA CACHAFEIRO

DANIELA CRESPO

Introducción

Hoy en día, los jóvenes sufren muchos problemas, como la ansiedad, el estrés, el acoso... , muchos de ellos relacionados con la salud mental. En los últimos seis años ha aumentado en más de un 9 %, el porcentaje de población joven que declara haber padecido problemas de salud mental.

Hemos hecho una encuesta en nuestra redes sociales y hemos sacado tres conclusiones, la primera, que la gente o no tiene el apoyo necesario para acudir al psicólogo, o en caso de tenerlo, no encuentra mucha facilidad para afrontar estos problemas por parte de la sanidad pública, ya que hay un largo periodo de espera en el cual el problema se va agravando.

La segunda conclusión que sacamos de esta encuesta, es la poca fe que tiene la población joven en solucionar sus problemas psicológicos, pues la gran mayoría cree que no hay una solución posible y nosotras nos negamos a creer que esto es real.

La última es la influencia de las redes sociales en nuestra salud mental.

Como nos afectan las redes sociales?

El uso desmedido de las redes sociales ha sido asociado con un incremento en la aparición de trastornos de sueño, ansiedad, depresión y problemas de autoestima, sobre todo en los más jóvenes, personas con edades comprendidas entre 16 y 26 años.
También provoca una comparación constante, ya que, siempre vemos a los demás mejor que nosotros.

Objetivos

01

Sensibilizar a los jóvenes sobre la salud mental

02

Concienciar a los adultos para que le den la importancia que se merece a estos problemas

03

Conseguir en mayor o menor medida una mejora en la sanidad pública a la hora de tratar estos problemas

Acciones para conseguir nuestros objetivos

VISITA AL PARLAMENTO DE GALICIA
entrevista al conselleiro de educación y al presidente del parlamento

ENTREVISTA en **COPE**
Pontevedra para explicar nuestro proyecto

CARTELES colgados en nuestro colegio para concienciar sobre la salud mental

PODCAST en el que realizamos interesantes entrevistas
(conselleiro de educación, psicólogo,alcalde de Vigo...)

Acciones para conseguir nuestros objetivos

PRESENTACIÓN de nuestro proyecto a los alumnos de nuestro colegio

VISITA AL ALCALDE DE VIGO y entrevista

Conclusión

Esperamos haber conseguido el objetivo principal que teníamos con este proyecto, que es hacerle ver a los jóvenes que contar sus problemas no es malo y que en caso de necesitar ayuda, deben de pedirla sin miedo. También esperamos que después de escucharnos, los adultos, entiendan que nuestros problemas son tan importantes como los suyos y que tenemos el mismo derecho que ellos de recibir ayuda y atención

¡Muchas Gracias!