

Mujeres en diálogo para afrontar los problemas de salud mental en la familia

El domingo 14 de abril más de ochenta mujeres pasaron un día de formación y diálogo para debatir y profundizar sobre los retos a los que se enfrentan las familias a la hora de abordar problemas de salud mental, especialmente en el caso de los más vulnerables: niños y adolescentes.

18/04/2024

De la mano de la iniciativa vallisoletana "Mujeres en Diálogo", el centro de formación y de actividades El Rincón fue el lugar de reunión de psiquiatras, educadoras, juristas, representantes del mundo asociativo de la salud mental y madres de familia, que afrontan estos problemas en su día a día, en sus casas, con sus hijos y familiares.

Lugar de encuentro

El Rincón debe su nombre al primer centro que tuvo la Obra en la ciudad de Valladolid, a la que san Josemaría acudió frecuentemente durante sus viajes apostólicos en los inicios de los años 40.

El mismo nombre se utilizó para esta casa de retiros, que bendijo el beato Álvaro del Portillo, y que desde 1990 acoge estas diversas actividades de formación humana y espiritual.

En esta casa del campo castellano se perpetúa el legado del fundador del Opus Dei, al convertirse en un punto de reunión y reflexión para quienes buscan formas positivas de dar solución a las necesidades de la sociedad actual.

El entorno y el trabajo de quienes impulsan y dan vida a El Rincón propiciaron un ambiente de escucha, diálogo e intercambio de opiniones fundadas, personales y profesionales.

Partiendo de una visión esperanzadora y constructiva, la Jornada congregó a más de ochenta profesionales y familiares de quienes sufren problemas de discapacidad y de salud mental en una sociedad que amenaza con excluirlos, rechazarlos o estigmatizarlos.

De esta manera, las asistentes pudieron compartir lo que les preocupaba en un clima que resultó,

para muchas, sanador y reconfortante. La pausa para la comida y la tertulia dio pie a un constante coloquio en el que empezaba a notarse que, como señalaron varias de las ponentes, la escucha y la buena comunicación “curan”.

El papel clave de la familia y de la mujer en el cuidado de la salud mental

Las asistentes se identificaban con el 90 % de las cuidadoras que, en el ámbito familiar, se ocupan de los cuidados de sus familiares, llegando a dedicar más de sesenta horas a la semana si se trata de personas con problemas de salud mental.

Durante la Jornada se ofrecieron herramientas para abordar este tipo de problemas en los jóvenes, como es por ejemplo el aumento del número de suicidios en este grupo de edad. Además, se analizaron los retos y

trabas con los que se encuentran las familias con niños con enfermedades y discapacidades mentales y se abordaron las mejoras y adaptaciones que debe llevar a cabo el sistema educativo. En conclusión, las ponentes y participantes coincidían en que el papel de la familia es clave al afrontar estas realidades.

La psiquiatra María Vicens Poveda del Centro de Salud Mental Francisco Díaz, encargada de inaugurar la Jornada, reflexionó sobre el papel crucial de la familia y de la educación dentro de ella, así como de la fe al abordar estas cuestiones señalando que: “la presencia de los padres y una visión antropológica integral del ser humano que tenga en cuenta la dimensión física, la dimensión mental y la dimensión espiritual de sus hijos es clave.”

Añadió que una visión cristiana de la vida “puede dar un plus a la formación anterior y un sentido de la vida mucho más potente que haga que los niños y adolescentes tengan un proyecto de vida más estable y más seguro”.

Por su parte, Jimena Martínez Quintana, madre adoptiva de dos menores con problemas de salud mental, reconoció que gracias a la fe se le hace algo más sencillo afrontar estos retos y llegó a manifestar que “pese a que es una situación muy difícil, lo vivo con mucha paz; como un momento de gracia y de entrega a los demás”.

En la mesa de clausura de la Jornada, Luisa López Lucas, coordinadora de la UFAC (Unidad Asertivo Comunicativa del Hospital Río Ortega) aseguró que “sólo desde la escucha se puede cambiar el mundo”.

Una vez más, El Rincón se convirtió en un espacio para hacerlo posible con el encuentro, el intercambio de experiencias y de propuestas de soluciones de mujeres decididas a poner su granito de arena para conseguirlo.

pdf | Documento generado automáticamente desde <https://opusdei.org/es-es/article/jornadas-salud-mental-valladolid/> (20/02/2026)