

Mayember “¡Ni miedo ni vergüenza!”

El movimiento ha programado una treintena de actividades en torno a la Salud Mental durante el mes de mayo

Zaragoza, 18 mayo de 2023.- El mes de mayo, mes del Orgullo Loco, vuelve a vestirse de naranja gracias a la iniciativa *Mayember*, un movimiento que promociona la Salud Mental y reivindica los derechos de las personas con enfermedad mental.

El nombre de *Mayember* es un guiño a *Movember*: movimiento que, en noviembre, visibiliza las enfermedades masculinas y cuyo símbolo es el bigote. *Mayember* tomó mayo por ser el mes en que se celebra internacionalmente el Día del Orgullo Loco y como símbolo el color naranja en forma de adorno en la solapa, de flor en el pelo o de un mechón de cabello... todo vale para reivindicar un mundo en el que quepamos todos. En *Mayember* se quiere poner en valor la Salud Mental a través del lema “¡Ni miedo ni vergüenza!”, ni miedo ante un problema de salud que sufrirán una de cada cuatro personas, según la Organización Mundial de la Salud, ni vergüenza ante una sociedad que no se cansa de poner etiquetas.

En España, según la Confederación Salud Mental España, una de cada cuatro personas tiene o tendrá algún tipo de enfermedad mental a lo largo de su vida. Los trastornos psicológicos suponen el 12,5% del total de enfermedades. A esto se le suma el hecho de que las personas afectadas por este tipo de trastornos a menudo son estigmatizadas y rechazadas. Las enfermedades mentales son vistas frecuentemente como algo vergonzoso o peligroso, lo que impide que la persona pueda expresarse con libertad y, además, facilita la vulneración de los derechos más elementales, como ser tratado con respeto, ser escuchado, promocionar profesionalmente o disfrutar de una vida social plena.

A la espera de que las políticas públicas cambien y se dote de más inversión a la Salud Mental organizaciones y colectivos se han movilizado para que se deje de discriminar a las personas con estas patologías. Con este impulso nace *Mayember* de la mano de la Asociación Paso a Paso Aragón (asociación de familiares con personas con enfermedad mental) y de la psicóloga María José Ochoa.

La iniciativa organiza más de una treintena de actos durante este mes con el objetivo de invitar a la ciudadanía a hablar de la enfermedad mental repartidas fundamentalmente en el Centro Joaquín Roncal, sede de la Fundación CAI y FNAC (Plaza de España). Para ello, se ha contado con las entidades: PICA, FVBM, AFDA, TCA-Aragón, Grana, TOC-Zaragoza, LIANA, Mochila Solidaria, CEES Aragón, PETALES, ESTELAR, OTRAS MIRADAS y Rey Ardid. Y personalidades como la psiquiatra Isabel Irigoyen, la periodista Pilar Bellé, la poeta María Dubón, el actor Damián Alcolea, Cristina o los músicos Ester y Beatriz Vallejo. También, se han sumado a esta iniciativa Fundación CAI, FNAC y la escuela de Violeros. Todas las actividades son gratuitas y su entrada es libre hasta completar aforo. Puedes consultarlas en mariajoseochooacepero.com/mayember y [@soymayember](https://www.instagram.com/soymayember).

Firma: María José Ochoa (Mayember)

Síguenos en:    

· C/ San Braulio, 5-7 · 50003 Zaragoza
· Tel.: 976 290 301
· www.fundacioncai.es
· comunicacion@fundacioncai.es



Pie de foto: M.^a José Lasheras, Pilar Cervera y M.^a José Ochoa (integrantes del movimiento naranja) sosteniendo la imagen gráfica de Mayember.