



DEPARTAMENTO DE SALUD DEL CONDADO DE MONO

Salud Pública

P.O. BOX 476, BRIDGEPORT, CA 93517 TEL. (760) 932-5580 • FAX (760) 932-5284

P.O. BOX 3329, MAMMOTH LAKES, CA 93546 TEL. (760) 924-1830 • FAX (760) 924-1831

CONTACTO DE PRENSA:

Justin Caporusso/Caporusso Communications

justin@caporussocommunications.com

(916) 412-0571

PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA

Junta de Supervisores del condado de Mono declara mayo de 2023 el Mes de la Salud Mental

Condado de Mono, Calif. (3 de mayo de 2023). El martes, la Junta de Supervisores del condado de Mono aprobó una Proclamación que declara mayo de 2023 como el Mes de la Salud Mental, reconociendo la promoción, protección y restauración de la salud mental como una prioridad vital para el condado de Mono. La salud mental se define como un estado de bienestar en el que la persona se da cuenta de sus propias capacidades, puede hacer frente a las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y es capaz de contribuir a su comunidad.

"Los problemas de salud mental son una de las afecciones más comunes en California, y casi el 40 % de los adultos de Estados Unidos informaron tener problemas de salud mental o de consumo de sustancias durante la pandemia de COVID-19 (Coronavirus)", señaló la supervisora Rhonda Duggan, presidenta de la Junta de Supervisores del condado de Mono. "La prevención y la intervención temprana son formas eficaces de reducir la carga de las enfermedades mentales y de ayudar a nuestros familiares, amigos y vecinos a progresar hacia la recuperación".

El condado de Mono insta a los habitantes y visitantes a familiarizarse con los recursos disponibles en todo el condado. Cada año, cientos de habitantes y visitantes del condado de Mono reciben los servicios del Departamento de Salud Conductual del condado de Mono, que incluyen tratamiento de salud mental, asesoramiento sobre trastornos por consumo de sustancias, programas de bienestar comunitario y evaluación de riesgo de suicidio. Reconocer los signos y síntomas que justifiquen buscar ayuda es esencial.

Además de los servicios prestados por el Departamento de Salud Mental, los [Centros de Bienestar del condado de Mono](#) ofrecen una variedad de programas que apoyan la salud mental y promueven la comunidad. Tras las recientes tormentas invernales, pueden surgir problemas de salud mental relacionados con el aislamiento, la soledad y el estrés. Si está teniendo dificultades para enfrentar el estrés, la ansiedad o la depresión relacionados con las tormentas, es importante encontrar formas de reducir los impactos sobre la salud mental.

Puede acceder a los detalles sobre los Centros de Bienestar y la programación del condado de Mono [aquí](#). Para obtener más información, por preguntas o inquietudes, llame al Departamento de Salud Conductual del condado de Mono al (760) 924-1740 o consulte a su proveedor de atención médica.

-###-