



# Salud mental a tu alcance

Enlaces y recursos gratuitos de Salud Mental

## MINISTERIO DE SANIDAD

Desde el Gobierno de España, se aúnan recursos repartidos a nivel nacional para trabajar en la Salud Mental.

<https://www.sanidad.gob.es/areas/calidadAsistencial/estrategias/saludMental/home.htm>

## NHI NATIONAL INSTITUTE OF MENTAL HEALTH

El NIMH ofrece panfletos y hojas de datos sobre trastornos de la salud mental y temas relacionados para pacientes y sus familias, profesionales de la salud y el público en general.

<https://www.nimh.nih.gov/get-involved/digital-shareables/espanol/recursos-para-compartir-sobre-la-salud-mental-en-espanol>

## CONFEDERACIÓN SALUD MENTAL ESPAÑA

Gestiona a nivel estatal un amplio catálogo de programas de intervención social que ofrece a sus entidades miembro para que, desde el nivel local, realicen atención directa con personas con trastorno mental y familiares.

<https://consaludmental.org/>

## DIVERSAMENTE

Esta plataforma nace para ayudar a todas las personas que en algún momento de sus vidas han sentido angustia, desesperación, miedo, incomprensión, soledad... y es un trabajo en equipo creado enteramente por personas con experiencia propia en salud mental.

<https://diversamente.es/>

