

OSONA AMB LA SALUT MENTAL : GUIA DE LECTURA 2020

"A millor inversió, millor accés. Salut mental per a tothom"

Aquest és el lema que ha triat la WFMH (Federació Internacional per a la Salut Mental) per aquest any 2020.

La COVID-19 té un impacte directe a la població mundial: ansietat, por, distanciament social, entre d'altres. Si la situació actual continua, el nombre de persones amb desordres mentals també va a l'alça. Actualment, es necessita atenció mèdica de qualitat a l'abast de tothom.

La salut mental és un dret fonamental.

Enguany hem preparat una guia genèrica formada per lectures de coneixement i novel·les. Esperem que us sigui d'utilitat!

El llibres els trobareu a les biblioteques de la comarca:

Centelles: La Cooperativa
Manlleu: Biblioteca Municipal BBVA
Roda de Ter: Bac de Roda

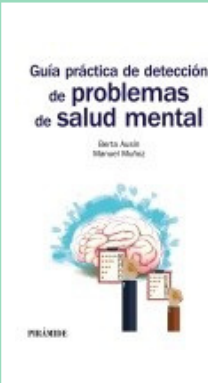
Sant Hipòlit de Voltregà: Marquès de Remisa
Sant Quirze de Besora: Pompeu Fabra
Sant Pere de Torelló: l'Esqueller

Taradell: Antoni Pladevall i Font
Tona: Caterina Figueras
Torelló: Dos Rius i Barri Montserrat

Vic: Joan Triadú
Bibliobús Guillerries
Bibliobús Puigdon
Bibliobús Tagamanent




Libres de coneixement:



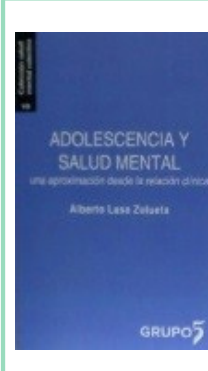
Ausín, Berta. Guía práctica de detección de problemas de salud mental. Madrid: Pirámide, 2018.

Una de cada quatre persones tindrà un trastorn mental al llarg de la seva vida. els primers en adonar-se'n són els familiars directes, seguit dels professionals mèdics. Aquesta guia s'adreça al personal d'atenció primària per tal de millorar l'estat emocional i mental de les persones ateses..




Cheslet, Phyllis. Mujeres y locura. Madrid: Continta me tienes, 2019.

Publicat per primera vegada l'any 1972, revisat i actualitzat segueix sent un llibre de referència per a desmuntar l'estigma de la "dona boja". Tracta trastorns alimentaris, addicions, sexualitat, depressió post-part entre d'altres amb entrevistes personals i estudis dels rols de la dona al llarg de la història.



Lasa Zulueta, Alberto. Adolescencia y salud mental: una aproximación desde la relación clínica. Madrid: Grupo 5, 2016

Estem acostumats a sentir parlar de la crisi de l'adolescència, però no tots els adolescents són iguals. Alguns d'ells miren de fer-se veure o fer-se sentir ja que els costa molt parlar amb confiança i demanar ajuda quan no poden sortir sols del patiment psíquic. l'autor és un reconegut metge i psiquiatra involucrat en associacions tant a nivell nacional com internacional.



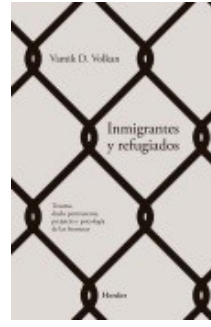
Pastor Morales, Joaquín Manuel. Ética profesional en salud mental: guía de actuación ético-deontológico y legal en psicología clínica y psiquiatría. Madrid: Pirámide, 2018.

l'obra ens parla dels aspectes essencials per a la pràctica professional del món de la Salut mental basant-se en els codis ètics i la legislació actual. Ens . exposa fonaments teòrics i exemples reals que serveixen com a orientació a l'hora de desenvolupar el dia a dia en aquesta professió amb una bona praxis.



Ramos Montes, Josep. *Ética y salud mental*. Barcelona: Herder, 2018.

La salut mental no només afecta a les ciències de la salut, també afecta a la sociologia, l'economia i la política. L'autor proposa amb rigor com hauria de ser l'atenció mèdica amb una visió més àmplia i de com millorar la pràctica assistencial per part dels professionals.



Volkan, Vamik D. *Inmigrantes y refugiados: trauma, duelo permanente, prejuicio y psicología de las fronteras*. Barcelona: Herder, 2019.

Aquest estudi examina tant els assumptes polítics com socials relacionats amb els col·lectius dels immigrants i refugiats i també la dels països que els acullen. D'una banda parla de la pèrdua dels que han de marxar, no només dels éssers estimats, sinó també de la identitat cultural i culinària. D'altra banda la por i la incertesa de qui els acull.

Novel·la:



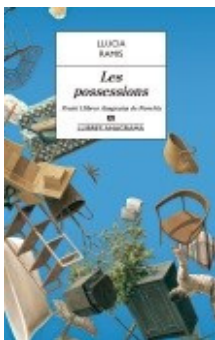
Canyelles, Neus. *Les millors vacances de la meua vida*. Barcelona: Empúries, 2019.

Una obra emotiva i colpidora on sentiràs les emocions a flor de pell, pors i angoixes que donen voltes dins del cap de la Natàlia. Anar recordant totes les coses dolentes que li han passat i que es poden anar fent grans i més grans cada dia. Fins que arriba un moment que cau i no sap com aixecar-se.



Amat, Kiko. *Antes del huracán*. Barcelona: Anagrama, 2018.

En Curro planeja la forma d'escapar-se de l'hospital psiquiàtric de Sant Boi de Llobregat. Ja fa vint anys que hi va ingressar. Llavors, era un adolescent fràgil que lluitava per superar els traumes familiars i de l'entorn més proper. Fins que l'arribada de l'huracà ho xucla tot i destrueix el seu món per a sempre.



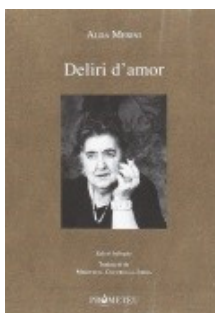
Ramis, Lluïsa. *Les possessions*. Barcelona: Anagrama, 2018.

La novel·la ens narra una història present entre Palma i Barcelona que té un passat a Madrid. Es va descabdellant amb lleugeresa i et va descobrint múltiples capes. Indagant en el cor d'una família, l'avi, els pares i la protagonista, i, sent conscients que no hi ha res que duri per sempre.



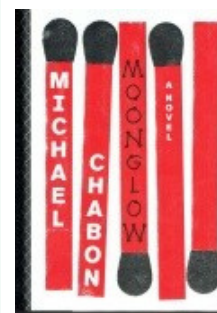
Chbosky, Stephen. *Els avantatges de ser un marginat*. Carcaixent: Sembra, 2016

Tenim a les mans l'epistolari íntim d'un adolescent, en Charlie. Un jove que batalla per aprendre a viure, explorant els traumes, les expectatives i els sentiments per sentir-se infinit. Un llibre ple de referències literàries, musicals i cinematogràfiques.



Merini, Alda. *Deliri d'amor*. Vilanova i la Geltrú: Prometeu, 2017.

L'Alda Merini ens diu que la nit que el seu marit va trucar a l'ambulància va ser senzillament un esclat. També diu que aquell va ser l'únic cop que la van dur al manicomi, que la resta de cops hi va anar sola, que quan veia que no estava bé feia la maleta i se n'hi anava d'amagat. Tota una confessió narrada poèticament.



Chabon, Michael. *Moonglow*. Barcelona: Casa Catedral, 2018

L'autor ens descobreix la veritable vida del seu avi a punt de morir. Una biografia novel·lada d'un home que va treballar pels serveis secrets americans durant la segona guerra mundial i que va viure la guerra freda. Casat amb una francesa jueva, traumatitzada per la crueltat nazi.

Per més informació:
bibliotecavirtual.diba.cat



Diputació
Barcelona

