

Fundación Cruz Roja Española analiza la importancia de las redes de apoyo comunitarias para el bienestar emocional

- **La Dra. María Neira (OMS), el Dr. Francisco González Aguado (Ministerio de Sanidad) y Greisy Trejo (Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja) dialogaron en la quinta de las #ConversacionesHumanitarias sobre la urgencia de fortalecer la base comunitaria para prevenir crisis emocionales.**
- **El encuentro, moderado por Molo Cebrián, subrayó la necesidad de políticas públicas y acciones sociales que reconozcan la resiliencia comunitaria como motor de salud emocional.**
- **Con cerca de 5.000 personas siguiendo la conversación desde sus primeras horas, el ciclo confirma una vez más su amplio alcance e importancia social.**

Madrid, 2 de octubre de 2025. En un contexto donde los problemas de salud emocional y mental son cada vez más visibles, Fundación Cruz Roja Española organizó una nueva entrega de las #ConversacionesHumanitarias generadoras de talento para reflexionar sobre el papel de la comunidad como sostén emocional y preventivo. Bajo el título **“Resiliencia comunitaria: la base para el bienestar emocional”**, la conversación reunió a referentes internacionales en salud pública, salud mental y cooperación para reflexionar sobre la importancia de tejer redes de apoyo comunitarias como antídoto frente al malestar emocional y la soledad estructural.

El encuentro contó con la participación de la **Dra. María Neira**, directora del Departamento de Medio Ambiente, Cambio Climático y Salud de la OMS (Organización Mundial de la Salud); el **Dr. Francisco González Aguado**, subdirector del Comisionado de Salud Mental del Ministerio de Sanidad; y **Greisy Trejo**, coordinadora regional de Salud Mental y Apoyo Psicosocial de la Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja para Europa y Asia Central. La conversación fue facilitada por **Molo Cebrián**, licenciado en Comunicación Audiovisual y en Psicología además de conductor y cofundador del podcast “Entiende tu Mente”.

Durante el evento, se destacó que muchas veces las situaciones de sufrimiento emocional no se originan de manera individual, y por tanto tampoco pueden resolverse en soledad. Según datos recogidos por Fundación Cruz Roja Española, más de un 40% de las personas considera que no se da suficiente importancia al bienestar emocional en sus entornos más

cercanos, un síntoma del debilitamiento de los vínculos comunitarios en la era contemporánea.

También se abordó el concepto de **resiliencia comunitaria** como una respuesta necesaria frente al sufrimiento emocional colectivo, especialmente en contextos de crisis sociales, climáticas o económicas. María Neira subrayó que *“el bienestar emocional empieza por tener un entorno saludable y seguro”*, y que el enfoque no puede quedarse solo en la intervención clínica, sino que requiere políticas públicas sostenidas y marcos comunitarios de apoyo.

Francisco González Aguado defendió la idea de *“una salud mental que no sea un privilegio, sino un derecho”*, y remarcó que el nuevo Plan de Salud Mental contempla precisamente herramientas para el fortalecimiento de redes de apoyo, especialmente en contextos de vulnerabilidad.

Greisy Trejo compartió aprendizajes desde experiencias internacionales: *“Las comunidades más resilientes no son las que tienen más recursos, sino las que logran organizarse, escucharse y responder colectivamente”*. La experta recaló la importancia de empoderar a los propios miembros de la comunidad, respetando su diversidad cultural y capacidades.

Una de las ideas más compartidas fue que el sufrimiento emocional no puede abordarse de forma exclusivamente individual. Como recordó Molo Cebrián, *“hay malestares que no se curan en soledad, porque no se originaron en soledad”*. Por eso, uno de los objetivos de la conversación fue desmontar la idea de que la salud mental es solo una cuestión privada, e invitar a pensarla como un reto colectivo.

Una llamada a la acción colectiva

Para poner broche final a la conversación, **Satur Torre**, gerente de la Fundación Cruz Roja Española, invitó a transformar lo hablado en acción concreta: *“Nos llevamos muchos aprendizajes y, sobre todo, la importancia de encontrar puntos de encuentro con nuestro entorno más próximo para seguir construyendo comunidad y resiliencia.”*, concluyó.

El ciclo online *“#ConversacionesHumanitarias generadoras de talento”* es una iniciativa de Fundación Cruz Roja Española para acercar el conocimiento a la ciudadanía, promoviendo el pensamiento humanitario y el cambio de mentalidades frente a los grandes desafíos sociales. Esta conversación sobre resiliencia comunitaria se inscribe dentro de las acciones previstas por Cruz Roja Española y su Fundación con motivo del **Día Mundial de la Salud Mental (10 de octubre)** y su firme compromiso con la concienciación de abordar el bienestar emocional desde la prevención y como asunto colectivo.

Puedes volver a ver la conversación completa aquí:

YOUTUBE <https://www.youtube.com/live/wJDnFxxkRN5I>

Para más información: www.fundacioncruzroja.es

Sobre Fundación Cruz Roja Española

La Fundación Cruz Roja Española se constituyó en 1993 con el fin de ayudar a Cruz Roja Española a realizar su misión. En 2023 ha comenzado una nueva etapa con el propósito de impulsar en la sociedad Pensamiento Humanitario que contribuya a cambiar mentalidades. A través de su ciclo “Conversaciones Humanitarias” crea espacios de conocimiento y profundización sobre las distintas tendencias centrandó la reflexión y el análisis en cómo afectan a las personas y a las comunidades, especialmente a aquellas que están en situación de vulnerabilidad o en riesgo de caer en ella.

La Presidencia de Honor de la Fundación la ostentan SS.MM los Reyes de España. Y actualmente, el patronato lo conforman la presidenta de Cruz Roja Española, María del Mar Pageo como presidenta de la Fundación; Therese Jamaa como vicepresidenta de la Fundación; el Banco de España; la Organización Nacional de Ciegos Españoles; el Banco Santander; la Fundación Iberdrola España; el BBVA; la Fundación Vodafone España y Emilio Butragueño.

Sobre Cruz Roja Española

Cruz Roja Española pertenece al mayor movimiento humanitario del mundo. Colabora con entidades públicas y privadas para que la ayuda llegue a todas las personas que lo necesitan, en cualquier lugar y en el momento oportuno. Su misión es prevenir y aliviar el sufrimiento humano, proteger la vida y la salud y hacer respetar a las personas.

Sus más de 231.000 personas voluntarias dan respuesta en 1.263 municipios, lo que permite atender anualmente a más de 11,6 millones de personas en los ámbitos nacional e internacional. Todo ello con el apoyo de cerca de 1,3 millones de personas socias, empresas y alianzas en todos los sectores de la sociedad.

Cruz Roja Española ha puesto en marcha un Plan de Respuesta para hacer frente a los efectos de la DANA, con una ejecución continuada en los próximos tres años que tiene como objetivo principal contribuir a la recuperación, la construcción de resiliencia y el bienestar físico, emocional y social de las personas y comunidades afectadas. El plan, con el que se pretende llegar a unas 100.000 personas, se está ejecutando en tres fases: la primera, ya realizada, de respuesta inmediata; una segunda vinculada a la recuperación para la vuelta a la normalidad, y una tercera de fortalecimiento y resiliencia para asegurar que las comunidades y las personas sean más fuertes y estén preparadas ante posibles eventos futuros de emergencias o catástrofes.

Cruz Roja Española continúa su trabajo contra todas las formas de vulnerabilidad, adaptándose y anticipándose a los escenarios de futuro, abierta a la población general, incidiendo en la contribución firme y consistente a los Objetivos de Desarrollo Sostenible y la Agenda 2030.

Cruz Roja Española pertenece al Movimiento Internacional de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja, presente en 191 países. Actúa siempre bajo sus siete Principios Fundamentales: Humanidad, Imparcialidad, Neutralidad, Independencia, Carácter Voluntario, Unidad y Universalidad.