

A los Padres de Familia:

Queridos padres,

Como Asociación Civil comprometidos con la tarea de fomentar la salud mental en nuestra comunidad, hoy nos dirigimos a ustedes con una mezcla de preocupación y urgencia, porque lo que está sucediendo con nuestros jóvenes nos afecta a todos, no solo como familias, sino como sociedad. Estamos viviendo una crisis silenciosa en temas de adicciones y salud mental que está cobrando un precio altísimo, especialmente aquí en Cancún y en todo Quintana Roo.

Es hora de abrir los ojos y dejar de mirar hacia otro lado. Es fácil pensar que “eso no me pasará a mí” o que “mi hijo está bien”, pero la realidad es que los riesgos están más cerca de lo que creemos. Las adicciones, la ansiedad, la depresión y otros problemas de salud mental no respetan estratos sociales ni edades. A menudo comienzan de forma sutil, con comportamientos que, si no somos observadores y conscientes, podemos dejar pasar por alto.

Nuestro papel como padres no es solo brindar alimento, educación y techo. Es también estar presentes, observar, escuchar y actuar. ¿Cuánto tiempo dedicamos realmente a conocer lo que sienten y piensan nuestros hijos? ¿Sabemos con quiénes se relacionan? ¿Estamos al tanto de lo que consumen en internet y redes sociales? Estas son preguntas incómodas, pero necesarias.

Las adicciones y los problemas de salud mental no solo destruyen familias; son una bomba de tiempo para nuestra sociedad. Jóvenes sin rumbo, atrapados en la desesperación, se convierten en adultos sin herramientas para construir una vida plena. Y esto no solo afecta sus hogares, afecta nuestras calles, nuestras escuelas, nuestras comunidades.

La prevención comienza en casa. No podemos esperar que las autoridades, las escuelas o alguien más hagan el trabajo por nosotros. Hablen con sus hijos, escúchenlos sin prejuicios, enséñenles a manejar sus emociones y a buscar ayuda cuando la necesiten. Si identifican señales de alerta, no las minimicen; actúen de inmediato.

Es cierto que ser padres no viene con un manual, pero sí con una responsabilidad inmensa. Abramos los ojos, asumamos esa responsabilidad y trabajemos juntos para construir un entorno seguro, saludable y esperanzador para nuestros hijos y para toda nuestra comunidad.

La salud mental y la prevención de adicciones no son solo problemas de ellos; son problemas de todos. Y cada uno de nosotros puede marcar la diferencia si decide informarse y ser parte activa de la solución.

Con preocupación, pero también con esperanza,

El Consejo Directivo

VITAL, Centro Juvenil de Salud Mental, A.C.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Sobre VITAL:**

Fue constituida en el mes de julio del año 2023 como una sociedad civil sin fines de lucro con la finalidad de fomentar la salud mental, trabajando arduamente en la prevención e información hacia los jóvenes y padres de familia a través de las escuelas, conferencias, medios de comunicación y redes sociales, teniendo como objetivo a mediano plazo, contar con un centro de atención especializado en estos temas.

**Sus valores:**

**Vida:** Salvar vidas es su propósito principal, la vida es lo más preciado.

**Integridad:** Fomentar en los jóvenes la coherencia de sus acciones y el actuar con honestidad y respeto de manera responsable, acertada y justa.

**Tesón:** Solo con decisión y perseverancia se puede lograr.

**Amor:** El sentimiento más puro y fuerte de todos. Con amor cualquier cosa se puede lograr.

**Logro:** Un proyecto que pretende que todos los afectados puedan decir al final del camino: ¡LO LOGRÉ!

Contacto: Sergio E. González Rubiera

 Presidente

 (998) 5773786