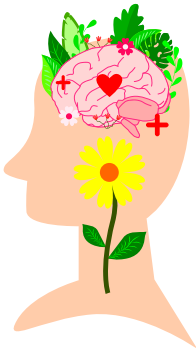
TRABAJADORAS SEXUALES

La salud mental de las trabajadoras sexuales es un tema crucial y complejo, con múltiples factores que influyen en su bienestar. Las trabajadoras sexuales pueden experimentar una alta prevalencia de trastornos mentales, incluyendo depresión, ansiedad y riesgo de suicidio, debido a factores relacionados con su trabajo, como el estigma, la violencia y la discriminación

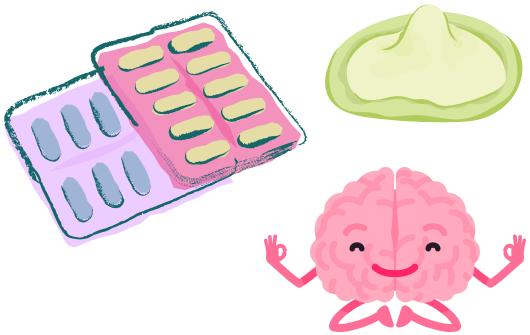


Previene el agotamiento emocional identificando señales tempranas de agotamiento.



ATENCION PARA MANEJAR EL ESTRES

Practicas como la atención plena ayudan a manejar el estrés frecuentemente en el trabajo, promoviendo un enfoque consciente que mejora la calma y la concentración.



Tu salud mental si importa

SALUD MENTAL



Territorial
Dirección Territorial de Salud de Caldas

FACTORES DE RIESGO PARA LA SALUD MENTAL DE LAS TRABAJADORAS SEXUALES:



Estigma y discriminación:
puede generar aislamiento, falta de confianza en las relaciones interpersonales y problemas para acceder a servicios de salud.

Violencia y abuso:
Las trabajadoras sexuales son más vulnerables a diferentes tipos de violencia, tanto física como psicológica, que pueden tener un impacto significativo en su salud mental.

.

Factores socioeconómicos:
La falta de oportunidades económicas, el desempleo y la falta de acceso a recursos básicos pueden exacerbar los problemas de salud mental.



IMPACTO EN LA SALUD MENTAL

Depresión y ansiedad:
Las trabajadoras sexuales pueden experimentar síntomas de depresión y ansiedad, incluyendo tristeza, desesperanza, falta de concentración y dificultad para dormir.

Consumo de sustancias:
Algunas trabajadoras sexuales pueden recurrir al consumo de alcohol y drogas como mecanismo de afrontamiento para lidiar con los problemas de salud mental.

Riesgo de suicidio:
La depresión y otros trastornos mentales pueden aumentar el riesgo de suicidio en este grupo.

¿CÓMO MEJORAR LA SALUD MENTAL?

-Empoderar a las trabajadoras sexuales:
Es fundamental brindarles herramientas y recursos para que puedan ejercer su trabajo de manera segura y autónoma.

Colaborar con organizaciones y profesionales:
Es importante que las autoridades locales, las instituciones de salud y las organizaciones de la sociedad civil trabajen de forma conjunta para mejorar la salud mental de las trabajadoras sexuales.

La salud mental de las trabajadoras sexuales es un tema que requiere una atención integral y multidisciplinaria. Al abordar los factores de riesgo, promover el acceso a servicios de salud y empoderar a este grupo, se puede contribuir a mejorar su bienestar y su calidad de vida

Territorial
Dirección Territorial de Salud de Caldas

