



COMUNICADO

Administración de Servicios de Salud Mental y Contra la Adicción

ASSMCA lanza el proyecto “¡Hazlo Por Ti!” para fortalecer la salud emocional en Puerto Rico

(miércoles, 27 de agosto de 2025 – Bayamón, Puerto Rico) – La administradora de la Administración de Servicios de Salud Mental y Contra la Adicción (ASSMCA), Dra. Catherine Oliver Franco, anunció hoy el lanzamiento del proyecto “Hazlo por Ti”, una iniciativa integral que busca transformar la manera en que Puerto Rico concibe y atiende la salud emocional.

Este esfuerzo se enmarca dentro de los compromisos programáticos de la Gobernadora Jenniffer González, quien ha establecido la salud mental como un pilar fundamental de su agenda de gobierno. Con esta iniciativa, se busca llevar a las comunidades alternativas de prevención, apoyo y acompañamiento emocional, alineadas con la visión de crear un Puerto Rico más saludable, resiliente y solidario.

“En un mundo cada vez más exigente y acelerado, el bienestar emocional se ha convertido en un tema de urgencia social. La ansiedad, la depresión, el estrés laboral y la desconexión emocional afectan la calidad de vida de miles de personas, impactando directamente sus relaciones, desempeño profesional y salud física. Ante esta realidad, ‘Hazlo por Ti’ surge como un llamado a la acción. Este proyecto propone un cambio cultural que normalice el autocuidado y el diálogo abierto sobre salud mental, ofreciendo herramientas, recursos y espacios de apoyo para que cada persona priorice su bienestar”, indicó la doctora Oliver Franco.

La funcionaria explicó que la agencia integrará en sus impactos alianzas estratégicas con entidades privadas, centros de bienestar, terapeutas recreativos, instructores de yoga y empresas comprometidas con la responsabilidad social, ampliando así el acceso a servicios y actividades que promuevan el equilibrio emocional y la resiliencia.

El proyecto contempla campañas educativas, actividades comunitarias y la creación de espacios innovadores de bienestar, con el fin de promover el autocuidado, la salud emocional y la prevención de conductas de riesgo en toda la población.

“En ASSMCA reconocemos que el bienestar comienza con una decisión personal. ‘¡Hazlo Por Ti!’ es un llamado a que cada persona se dé la oportunidad de cuidar su mente, su cuerpo y sus emociones. Nuestro compromiso es brindarles herramientas, espacios y acompañamiento para que ese proceso sea posible”, recalzó la Dra. Oliver Franco.

De acuerdo con la Titular de ASSMCA, el proyecto “¡Hazlo Por Ti!”, que se desarrollará a lo largo de todo el año mediante fases progresivas, tiene varios componentes y una de ellas es la Campaña Educativa ¡Hazlo Por Ti!

“La campaña está enfocada en empoderar a las personas a priorizar su salud emocional mediante estrategias de concienciación y motivación. Incluirá medios digitales, materiales educativos, videos inspiradores y eventos interactivos. La Línea PAS (1-800-981-0023) será promovida como recurso gratuito, confidencial y disponible las 24/7. Figuras públicas como Suzette Bacó, Mélina León, Julio Sanabria, Ramón ‘Gatto’ Gómez, Gaby Alicea, Oscarito, los boxeadores Iván Calderón y Oscar Collazo, junto a talentos de TeleOnce y WIPR, han unido su voz voluntariamente para multiplicar el mensaje de esperanza”, explicó la doctora Oliver.

Otro componente de Hazlo Por Ti es Impacto Comunitario donde habrá una red de apoyo a través de talleres, charlas motivacionales, estaciones de orientación y dinámicas de bienestar en plazas públicas, escuelas, instituciones educativas, centros comunitarios, residenciales, égidias y otros espacios de interés.

Asimismo, la administradora de ASSMCA señaló que también cuenta con Team ASSMCA que incluye actividades recreativas y deportivas como baloncesto, voleibol, guffy games y otros para promover unidad, trabajo en equipo y el valor de la actividad física como herramienta de salud integral.

Acto seguido la doctora Oliver Franco anunció que el domingo, 7 de septiembre se celebrará **Hazlo Por Ti Day**, un evento familiar gratuito en las instalaciones del Departamento de Recreación y Deportes, a partir de la 1:00 p.m. Esta gran actividad contará con estaciones educativas e interactivas de ASSMCA, presentaciones artísticas, actividades recreativas y deportivas para todas las edades, así como la participación de entidades públicas y privadas que ofrecerán orientación valiosa.

Los asistentes también podrán conocer a la nueva mascota institucional de ASSMCA, Triunfante, el Guardián del Bienestar, disfrutar de la creatividad de artesanos locales, espectáculo de magia, refrigerios y una variedad de atracciones diseñadas para el disfrute y el bienestar de toda la familia.

“Como símbolo de este movimiento, hemos creado la camiseta oficial ‘Hazlo por Ti’. No es solo tela y letras... es un mensaje que llevas puesto, un recordatorio para ti y para quienes te ven, de que el bienestar es una elección diaria. Un símbolo visible del compromiso con la campaña. Las personas interesadas pueden adquirirla a través de Empresas Julián en Isabela, a un costo accesible de \$5.00 (S-XL y tallas de niños) y \$8.00 (2X-4X). Recuerda: aunque parezca increíble, tu camiseta puede inspirar esperanza y cambiar una vida. Comienza por la tuya.

Por otro lado, la administradora de ASSMCA informó que la agencia se encuentra en coordinación para realizar la Marcha ¡Hazlo Por Ti! en el mes de diciembre. “La Navidad en Puerto Rico es sinónimo de alegría, música, compartir en familia y tradición. Es un tiempo en el que solemos reunirnos, regalar, parrandear y celebrar. Sin embargo, también debemos reconocer otra realidad: para muchas personas, esta temporada puede ser particularmente difícil. Un gran número de ciudadanos enfrenta sentimientos de tristeza, soledad o depresión, y en algunos casos esa depresión puede llegar a ser tan profunda que los lleva a pensar en el suicidio como una salida a su dolor y frustraciones”.

Por eso, esta marcha tendrá como propósito crear conciencia, prevenir la conducta suicida y enviar un mensaje claro de esperanza: siempre hay alternativas, siempre hay ayuda disponible, y buscar apoyo profesional es un acto de valentía que puede salvar vidas”, expresó la Dra. Oliver Franco.

La doctora Oliver Franco concluyó reiterando que este proyecto es más que un programa institucional. “Con ‘Hazlo por Ti’ buscamos empoderar al pueblo a detenerse, escucharse y priorizar lo que verdaderamente importa: su vida, su estabilidad y su felicidad. Este movimiento nace del corazón de ASSMCA, pero pertenece a toda la isla. Juntos, con el respaldo de nuestra Gobernadora Jenniffer González, trabajaremos para sembrar una cultura de autocuidado y prevención que deje una huella de esperanza para las futuras generaciones”.

###