



## Psic. M. Beatriz Rivera Fernández

- Retomar el nombre de la Jornada que nos ocupa incorporando el tema a tratar.
- Partir del concepto de "Salud Mental", disociado de la concepción de "enfermedad mental".

La dimensión positiva de la salud mental se destaca en la definición de salud que figura en la Constitución de la OMS:

**«La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades».**

- Modelo de salud mental positiva compuesto por 6 factores (Dra. Teresa Lluch Canut):
  - Satisfacción Personal
  - Actitud Prosocial
  - Autocontrol
  - Autonomía
  - Resolución de Problemas y Auto actualización, y
  - Habilidades de Relación Interpersonal.
- Impactos en la sociedad y centros de trabajo, van desde la pérdida de satisfacción por el quehacer y la productividad del día a día, hasta el enojo, la frustración, la pérdida de control y la violencia, o bien la depresión, ansiedad y aislamiento; adicciones y violencias no se apartan de las consecuencias manifiestas.
- Existe un escaso contacto entre el sector salud y otros sectores en actividades relacionadas con la salud mental; por ejemplo, solo 5 % de las escuelas cuentan con un psicólogo y en pocas se desarrollan actividades de promoción de la salud y prevención de trastornos mentales.
- Sus impactos a nivel personal y social son altos, independientemente del bienestar personal ausente y su agravamiento en posibles problemas de enfermedad mental.



## Psic. M. Beatriz Rivera Fernández

- Silvia Ortiz León, Jefa del Departamento de Psiquiatría y Salud Mental de la Facultad de Medicina de la UNAM, resaltó que por cada dólar gastado en la salud mental y tratamiento de adicciones se ahorran siete dólares en costos de salud y 30 más en pérdida de productividad.
- Las acciones gubernamentales y de la sociedad civil sin embargo, siguen privilegiando la atención, aunque escasa, que no la prevención.
- Problemáticas emergentes asociadas a problemas de salud mental:
  - Transición epidemiológica, caracterizada por la disminución de las enfermedades infecto-contagiosas y el aumento de los padecimientos característicos de la vida moderna, entre otros: consumo de sustancias, lesiones autoinflingidas y hacia los demás, suicidio, violencias, trastornos alimenticios, ludopatía y diversas formas de lesiones intencionales, problemáticas indicativas de trastornos de la salud mental,
  - Impacto creciente en los individuos y su entorno, afectando su bienestar personal, su desempeño laboral y familiar.
  - Surgen así ausentismos escolares y laborales, y violencias.
- Es necesario desarrollar políticas y programas transversales preventivos integrales que contemplen acciones de promoción y educación en salud, detección oportuna, atención inicial, seguimiento, actualización epidemiológica y capacitación del personal de salud tanto público como privado.
- En suma: Promover la salud mental.