

Panorama de la Salud Mental



La salud mental es un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus capacidades, puede afrontar las tensiones de la vida, realiza su trabajo de forma productiva y fructífera, establece relaciones sociales normales y además es capaz de hacer una contribución a su comunidad.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) conmemora el 10 de octubre el día de la salud mental, con el propósito de sensibilizar a la sociedad y mejorar su forma de ver y tratar a las personas que padecen diversos trastornos mentales.

Cuando hablamos de trastornos mentales, hacemos referencia al pensamiento humano y a todas sus funciones, las cuales pueden desmoronarse como un castillo de arena y verse afectadas por diferentes enfermedades que pueden aparecer en cualquier momento de la vida, desde que somos niños hasta la vejez.

Es importante que sepamos que ninguno de nosotros es inmune a los trastornos mentales, no importa en qué país vivamos, ni cual sea nuestra condición social. Las principales enfermedades mentales que aquejan a los colombianos son los trastornos del estado de ánimo, la depresión, la ansiedad y el abuso de sustancias psicoactivas.

Lo esencial para conocer el estado de salud mental de una persona es observar cómo se comporta y actúa en las diferentes facetas de su vida, como se relaciona con los demás, como enfrenta situaciones de stress, la manera como se desenvuelve en momentos difíciles, permiten establecer su nivel de salud mental; la cual está íntimamente vinculada con áreas fundamentales del desarrollo como la educación y la productividad; la salud mental es un problema que nos concierne a todos y cada uno de nosotros, no solo el que padece la enfermedad es el que sufre las consecuencias, sus familiares sufren igualmente los efectos de estas patologías, las personas con enfermedad mental suelen ser sometidas a una estigmatización social tan fuerte que en muchas ocasiones les supone un obstáculo para el desarrollo de una vida normalizada.

Las patologías psiquiátricas representan un frecuente motivo de consulta y socialmente son de gran impacto, el cubrimiento en la atención para las personas que presentan estos problemas.

A nivel legislativo, Colombia cuenta con una política nacional de salud mental desde 1998 como lo es la resolución 02358 de 1998 del Ministerio de Salud, el artículo 65 de la ley 1438 que hace referencia a la atención integral de la salud mental, y la más reciente, la ley 1616 del 2013 por medio de la cual se expide la ley de salud mental; aunque existen dificultades a nivel de aseguramiento de la reglamentación, y el control de la pertinencia, calidad e impacto de los planes y programas.

Se observa con enorme preocupación la falta de compromiso en la atención en salud mental en nuestro país, es indiscutible la importancia de lo que se designa del presupuesto general de la nación para solventar programas de salud mental; los recursos que designan a la salud mental son insuficientes porque los trastornos mentales están poco valorados como enfermedades, se sitúan con frecuencia como un estigma sin pensar que esta calificación puede generar grandes repercusiones en los afectados.

Para finalizar podemos concluir diciendo que hay que hacer un llamamiento a las administraciones competentes para aumentar la inversión en salud mental y dirigir los recursos disponibles hacia servicios más eficaces y humanitarios, de igual forma trabajar en la incorporación a la sociedad del enfermo mental de manera integral, para intentar que se vea lo más mínimamente afectado su entorno laboral y familiar.

Recordemos que para disfrutar de una adecuada calidad de vida no es posible tener salud sin tener salud mental.

Alba Marina Rueda Olivella

Amrolab7@yahoo.com

@AlbaMarinaRueda.