

“Salud mental y bienestar para todos: una prioridad global”



Día mundial de la
Salud Mental

10 de octubre



**Gobierno
de Puebla**



**Secretaría
de Salud**



UN GOBIERNO que siente y piensa
como la gente



Secretaría
de Salud
Gobierno de Puebla



Índice

- I. Introducción
- II. Epidemiología
- III. Día Mundial de la Salud Mental
- IV. Salud mental, fortalecer nuestra respuesta
- V. Salud mental y COVID-19
- VI. Modelo Estatal de Salud Mental
- VII. Bibliografía

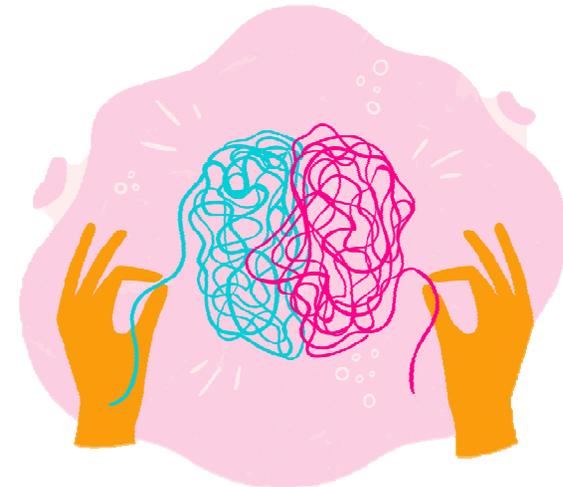


Secretaría
de Salud
Gobierno de Puebla



I. Introducción

La OMS dice que: «La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades.» Esta definición considera la salud mental como algo más que la ausencia de trastornos o discapacidades mentales y está determinada por múltiples factores socioeconómicos, biológicos y medioambientales; siendo así, la salud mental es un estado de bienestar en el que la persona es capaz de poner en práctica sus capacidades, logrando hacer frente al estrés diario, trabajar de forma productiva y a la par de lograr contribuir a su comunidad. En este contexto positivo, la salud mental es el fundamento del bienestar individual y la capacidad colectiva (pensar, manifestar sentimientos, interactuar con los demás y disfrutar la vida). En este sentido, consideraremos que la promoción, la protección y el restablecimiento de la salud mental son preocupaciones vitales de las personas, comunidades y sociedades de todo el mundo.





Secretaría
de Salud
Gobierno de Puebla



El virus **SARS-CoV-2 (COVID-19)** ha impactado la salud mental de las personas de todo el mundo; algunos grupos vulnerables, como los trabajadores por la salud y otros trabajadores de primera línea, los estudiantes, las personas que viven solas y las que tienen afecciones mentales preexistentes, se han visto especialmente afectados. Los servicios de atención para los trastornos mentales, neurológicos y por consumo de sustancias, se han visto considerablemente interrumpidos.





Secretaría
de Salud
Gobierno de Puebla



II. Epidemiología

En cuanto a la salud mental y de acuerdo a la Encuesta Nacional de Epidemiología Psiquiátrica en México (ENEP), se estima que los trastornos mentales afectan a casi el 30 por ciento de la población. Además, 3 millones de personas son adictas al alcohol, 13 millones son fumadores y hay más de 400 mil adictos a psicotrópicos. Se ha documentado que entre el 1 y 2 por ciento de la población adulta ha intentado suicidarse y la tasa de suicidios consumados tiene una tendencia al alza. En este sentido, en la actualidad el suicidio es la segunda causa de muerte entre los 15 y 29 años. (OMS, 2018)

El panorama actual de la salud mental indica que los trastornos más frecuentes son: ansiedad, déficit de atención, esquizofrenia, trastorno bipolar, depresión y uso de sustancias, así como intentos suicidas. Un dato aún de mayor interés es que de cada cinco personas que padecen un trastorno, solo uno recibe tratamiento (ENEP), y una persona con trastorno mental visita cinco médicos antes de ver a un psiquiatra, de acuerdo con la Asociación Psiquiátrica Mexicana (APM).

Por su parte, la Organización Mundial de la Salud (OMS) refiere que desde 2020, la depresión es la segunda causa de mortalidad prematura y discapacidad en el mundo, y la primera en países en vías de desarrollo, como México. Esto a pesar de que en casi 50 por ciento de los casos es posible identificar trastornos mentales antes de los 14 años.

Disponible en <https://www.psyciencia.com/salud-en-mexico-2019-a-que-prestar-atencion/>



Secretaría
de Salud
Gobierno de Puebla



III. Día Mundial de la Salud Mental

Desde el 2013, cada 10 de octubre se celebra el Día Mundial de la Salud Mental.

Durante la Asamblea Mundial de la Salud en mayo de 2013, los gobiernos de todo el mundo reconocieron la necesidad de ampliar los servicios de salud mental de calidad a todos los niveles y respaldaron el Plan de Acción Integral sobre Salud Mental 2013-2020 de la OMS, incluidas sus opciones de aplicación del y los indicadores para medir los progresos.





Secretaría
de Salud
Gobierno de Puebla



El Día Mundial de la Salud Mental representa una oportunidad para que los líderes gubernamentales, las organizaciones de la sociedad civil y muchas otras partes interesadas, hablen de las medidas que ya están tomando y que pretenden tomar en apoyo de este objetivo.

La salud mental es tarea de todas las naciones, gobiernos e instituciones involucradas.





Secretaría
de Salud
Gobierno de Puebla



IV. Salud mental, fortalecer nuestra respuesta

La salud mental y el bienestar son fundamentales en las comunidades y sociedades de todo el mundo para poder interactuar en todos los contextos, disfrutando la vida. Lo que determina la salud mental son factores sociales, psicológicos y biológicos. Por consiguiente, las presiones socioeconómicas, indicadores de pobreza, el bajo nivel educativo, la exclusión social, los modos de vida poco saludables, los riesgos de violencia y mala salud física, los cambios sociales rápidos, las condiciones de trabajo estresantes, la discriminación de género, las violaciones de los derechos humanos, contribuyen, siendo un factor de riesgo en la afectación de la salud mental.

Algunos factores específicos de la personalidad y psicológicos generan que una persona sea más vulnerable ante los trastornos mentales, que en ocasiones tienen causas de carácter biológico, genéticos o de desequilibrios bioquímicos cerebrales.

Por lo ya antes mencionado, **la promoción y protección, atención y tratamiento de trastornos de salud mental**, se enfoca en acciones específicas que creen entornos y condiciones de vida que proporcionen la salud mental, para que a su vez permita mantener modos y estilos de vida saludables, logrando aumentar la posibilidad de que más personas obtengan una mejor salud mental. La promoción de la salud mental engloba un ambiente de respeto y protección de los derechos civiles políticos, socioeconómicos y culturales.

Las políticas nacionales de salud mental, a la par, deberían ocuparse no solo de los trastornos mentales sino de reconocer y abordar cuestiones más amplias que fomentan la salud mental, como la incorporación de la promoción de la salud mental en conjunto con los sectores gubernamentales y no gubernamentales. Además del sector de la salud, es esencial la participación de los sectores de la educación, el trabajo, la justicia, el transporte, el medio ambiente, la vivienda o la asistencia social.



Secretaría
de Salud
Gobierno de Puebla



La estrategia en este año nos recuerda que todos nosotros podemos poner de nuestra parte en aumentar la conciencia acerca de las intervenciones preventivas que funcionan y el Día Mundial de la Salud Mental es una oportunidad para hacerlas colectivamente.

Visualizamos un mundo en el cual la salud mental sea apreciada, promovida y protegida: donde todas las personas tengan la misma oportunidad de disfrutarla y de ejercer sus derechos humanos, y donde todas las personas puedan acceder al cuidado a la salud mental que requieran.



Secretaría
de Salud
Gobierno de Puebla



V. Salud mental y COVID-19

La pandemia de COVID-19 ha generado una crisis mundial de salud mental, detonando estrés de corta y larga duración y socavando la salud mental de millones

Las cifras estiman un aumento de trastornos de ansiedad y depresivos en un 25 por ciento durante el primer año de pandemia.





VI. Modelo Estatal de Salud Mental

En los Servicios de Salud del Estado de Puebla, se ha desarrollado un Modelo Estatal de Salud Mental que favorece la detección y el tratamiento oportuno de los trastornos mentales, contando entre sus estrategias con un extensivo programa de capacitación dirigido al personal del primer nivel de atención, que tiene como objetivo brindar las herramientas necesarias para realizar detecciones oportunas y brindar psicoeducación a los familiares de las personas afectadas.

Asimismo, se ofrece atención médica especializada y psicológica a niños, adolescentes y adultos en el Centro Estatal de Salud Mental, el cual también cuenta con una Clínica de Desintoxicación y Rehabilitación de personas con adicciones.



Secretaría
de Salud
Gobierno de Puebla



Con el fin de fortalecer la atención de la salud mental y acercarla a la comunidad, se ha integrado el servicio de psiquiatría en el Hospital General del Norte, Hospital General de Cholula, Hospital de Traumatología y Ortopedia y Hospital para el Niño Poblano, lo que permite la atención del paciente con algún trastorno mental, sin el estigma asociado al Hospital Psiquiátrico.

Referente a la rehabilitación psicosocial de los internos en el Hospital Psiquiátrico “Rafael Serrano”, se han implementado talleres que favorecen el desarrollo y recuperación de habilidades, al tiempo que funcionan como entrenamiento para reinsertarse a la vida productiva.

El objetivo primordial de este modelo consiste en ofrecer servicios de salud mental de calidad en cualquier nivel de atención que los usuarios requieran.



Secretaría
de Salud
Gobierno de Puebla



VIII. Bibliografía

Federación Mundial para la Salud Mental (2021). Salud Mental para Todos. Mayor inversión– Mayor acceso

Ma. Elena Medina-Mora, Guilherme Borges, Carmen Lara Munoz, Corina Benjet, Jerónimo Blanco Jaimes, Clara Fleiz Bautista, Jorge Villatoro Velázquez, Estela Rojas Guiot, Joaquín Zambrano Ruíz, Leticia Casanova Rodas, Aguilar-Gaxiola. (2003). Prevalencia de trastornos mentales y uso de servicios: Resultados de la Encuesta Nacional de Epidemiología Psiquiátrica en México. *Salud Mental*, 26, 30.

Organización Mundial de la Salud (2011). Guía de intervención mhGAP para los trastornos mentales, neurológicos y por el uso de sustancias en el nivel de atención de la salud no especializada. Ginebra.

World Health Organization (2022). World Mental Health Day 2022: *Make mental health & well-being for all a global priority*. Disponible en : <https://www.who.int/campaigns/world-mental-health-day/2022>



Secretaría
de Salud
Gobierno de Puebla



Directorio

José Antonio Martínez García
**Secretario de Salud y Director General
de los Servicios de Salud del Estado de Puebla**

José Fernando Huerta Romano
**Subsecretario de Servicios de Salud Zona B de la Secretaría de Salud y Coordinador de Servicios de Salud
de los Servicios de Salud del Estado de Puebla**

Gloria Ramos Álvarez
**Directora de Atención a la Salud
de los Servicios de Salud del Estado de Puebla**

Sandra Linares Saínos
**Designada para atender los asuntos correspondientes de la Dirección de Salud Pública y Vigilancia Epidemiológica
de los Servicios de Salud del Estado de Puebla**

Claudia Salamanca Vázquez
**Encargada del Despacho de la Subdirección de Salud Pública
de los Servicios de Salud del Estado de Puebla**

Elaborado por:
Coordinación de Salud Mental
y
Departamento de Promoción de la Salud
de los Servicios de Salud del Estado de Puebla