

Parte I
Marco Teórico y Conceptual

Promoción y Prevención en Salud Mental

• Introducción

La promoción y prevención de salud mental es una estrategia sanitaria orientada a modificar y mejorar las condiciones de vida focalizados en reducir la pobreza y fomentar hábitos de vida saludable (alimentación y actividad física). Aun así estudios de la salud pública demuestran que la variable ingreso económico no incide en ciertas conductas no saludables como lo son el tabaquismo y la alta ingesta de alimentos, que explican el 50 % de enfermar, manteniendo el nivel de salud entre las personas.

Todo sistema sanitario tiene como misión ofrecer a sus ciudadanos un óptimo estado de salud, existen don métodos para conseguir este objetivo: La prevención adecuada y la aplicación de medidas terapéuticas en forma individual o comunitaria, pero el sistema sanitario vigente se preocupa más del tratar las enfermedades mentales que dar una cobertura adecuada a la prevención y promoción de dichas enfermedades mentales.

La Promoción de salud es una estrategia de reciente desarrollo, recién en el Congreso de la Federación Mundial de Salud Mental realizado en Chile en 1999 se acordó la primera Conferencia Mundial de Promoción y Prevención de la salud mental, hoy día se han desarrollados planes, programas y políticas de acción de desarrollo más equitativos, a nivel de ministerios y de secretarías regionales que están enfocadas a la promoción y prevención de la salud mental a nivel primario con intervención individual, grupal y comunitaria, con equipos de salud mental ambulatoria que intervienen en organizaciones comunitarias, grupos de autoayuda, centros laborales etc., y con intervención Psicosocial en grupos de personas con alto riesgo.

Esta investigación no tiene otra pretensión que conocer las acciones en promoción y Prevención en Salud Mental en Chile y como se actúa en la Quinta Región Nuestro marco teórico e institucional ha sido recogido de la SEREMI de salud V región y la entrevista a la profesional fue hecha vía electrónica a petición de esta. Consideraremos por tanto, trabajo en terreno, la participación de las alumnas que investigan en la celebración del Día Universal de Salud Mental en la ciudad de Valparaíso el día 16 de octubre del 2009.

- **Antecedentes teóricos del tema.**

Promoción de la salud mental.

La promoción de salud mental se caracteriza porque esta dirigida con un enfoque positivo de la salud mental, en lugar de enfatizar las enfermedades y su déficit, es considerada como un recurso valor por simisma y derecho básico esencial para el desarrollo social y económico de la salud mental. Es un proceso que se prepara y se realiza con y para las personas. La promoción de la salud mental implica la creación de actividades individuales sociales y ambientales para el buen desarrollo psicológico y bio social.

La OMS define la salud mental como un **“estado de bienestar en que el individuo se da cuenta de sus propias actitudes, puede afrontar, las presiones normales de la vida, puede trabajar productiva y fructíferamente y es capaz de hacer un aporte a la sociedad”**

Factores de protección están orientados a prevenir la enfermedad modificando factores de riesgo de esa condición, la promoción y la protección son enfoques conceptualmente distinto pero Interrelacionados entre ellos, los factores de protección establecen relaciones sociales y laborales saludables, protegiendo a las persona de las situaciones de riesgo, ya que estos están asociados a una mayor probabilidad de enfermar y a los problemas de salud mas graves y de mayor duración.

Factores protectores y de riesgo a nivel individual, familiar, en lo social, económico y ambientales de riesgo.-

Incidencias individuales y relacionadas con la familia.

Tipos de riego y protección que pueden ser biológicos, emocionales, cognitivos interpersonales o relacionados con el contexto familiar. Pueden tener su mayor impacto en la salud mental a lo largo de la vida, durante periodos sensitivos e incluso a través de generaciones.

Determinantes sociales, ambientales y económicas.-

Factores de riesgo:

Falta de educación, transporte, vivienda, pobreza, injusticia social, discriminación, violencia, desempleo, stress laboral, acceso a drogas y alcohol, migración, bullying, por nombrar algunos

Factores de Protección

Como Participación Social, responsabilidad, tolerancia, apoyo social y redes comunitarias, interacción positiva interpersonal, redes de integración y empoderamiento son algunos de los que inciden en la Salud Mental de la población.

Como combinar la promoción de la salud y la promoción de la enfermedad

Mrazek y Haggerty (1994) Eaton y Harrison (1996), hacen una clasificación de las intervenciones según los niveles de enfermedad o alcance para mejorar la salud en distintos grupos de población y de qué tipo de acción colectiva se requiere:

Universal: dirigida a la población entera por ejemplo buena atención prenatal.

Seleccionada: Subgrupo de población: con riesgos superiores a la promedio por ejemplo madre joven pobre embarazada por primera vez.

Indicadas: dirigida a individuos de alto riesgo con síntomas mínimos pero detectables, ejemplo: detección y tratamiento temprano para los síntomas de depresión.

Estrategias para la promoción

a) Intersectorialidad: Implementación de propuestas integrales en que se han unido voluntades políticas y técnicas de distintos niveles sociales para mejorar la situación de salud mental de cada caso, complementando los enfoques desde distintos ámbitos, buscando recursos e interviniendo en forma conjunta, combinada, evitando la duplicación de esfuerzos y optimizando los recursos

b) Comunicación social: Los medios de comunicación de masa son considerados como un medio para motivar y potenciar actitudes y conductas protectoras en la población, desarrollando campañas exitosas tanto a nivel nacional como local., por un lado los medios masivos como TV, radio y

prensa escrita y por el otro, radios vecinales, diarios murales, afiches y volantes. Después de evaluar las necesidades de un grupo poblacional determinado deben surgir programas de comunicación que aborden el problema mediante estas estrategias, considerando las diferencias demográficas, geográficas, culturales, étnicas, económicas y de lenguaje para identificar de un modo adecuado las poblaciones objetivo, focalizando los mensajes por segmentos poblacionales(OPS-OMS 1999).

c) Participación Social procesos sociales a través de los cuales líderes y organizaciones comunitarios, grupos usuarios de salud y de familiares, instituciones de todos los niveles, tanto públicos como privados y de todos los actores sociales en general, intervienen identificando las necesidades y problemas de salud mental, uniéndose en una alianza para diseñar y poner en práctica las soluciones

- Desarrollo de instancias formales de participación de ciudadanos en la toma de decisiones de salud en la forma de salud mental,(o de un tema específico de salud mental, como violencia intrafamiliar o abuso de alcohol y drogas.)
- Apoyo técnico y financiero: para el desarrollo de grupos comunitarios para poder enfrentar con mayor formación los problemas de salud por ej. Capacitación de dirigentes asesoria para el desarrollo organizacional, elaboración de proyectos concursables, compra de servicios de promoción y prevención etc.
- Movilización social para defender los derechos en salud mental percibidos como esenciales por sectores poblacionales (inequidad en la educación y trabajo, deserción escolar, violencia y delincuencia, problemas de alcohol y drogas) y sensibilizar a la comunidad en estas temáticas.
- **Redes Sociales:** Facilitar su creación y fortalecimiento. La investigación de la psicología Social tiene una amplia elaboración teórica en este tema, que demuestra que junto con ser una estrategia general para implementar acciones de promoción y prevención, las redes sociales constituyen un factor protector para la salud mental de las personas y grupo.

Aprendizaje Social: Proceso interactivo, reflexivo y crítico en el cual las personas participante desarrolla valores, conocimientos y habilidades, a través de su participación activa y experiencial, para reforzar factores protectores y modificar factores de riesgo. Favoreciendo la expresión de la capacidad creativa de las personas, se obtienen mejores resultados para la construcción de un conocimiento colectivo, donde el aporte y experiencia de cada participante constituye el aprendizaje en grupo.

Factores de riesgo y factores protectores

Los factores de protección.

Han sido definidos como aquellas condiciones **que ayudan y protegen a las** personas de los factores de riesgo y trastornos. Los factores de protección permiten establecer relaciones sociales y laborales saludables y comprenden 3 grandes categorías:

1. relaciones de cuidado que entregan respeto comprensión e interés que se basan en escuchar al otro y que establecen confianza y seguridad.
2. Mensaje con expectativas altas que comunican no solamente orientación firme, estructura y desafío sino también de manera mas importante transmiten una convicción en la resiliencia innata de los niños y enfatiza los fortalezas y talentos en vez de lo problemas y defectos.
3. Oportunidades para una participación y contribución en el ambiente social, oportunidades para asumir responsabilidades tomar decisiones, expresar opiniones y ser escuchados y hacer una contribución a la comunidad con los talentos personales.

Los factores de riesgo

Están asociados con una mayor probabilidad de aparición de la enfermedad con mayor gravedad y mayor duración de los principales problemas de salud.

Factores de riesgo del niño/a	Factores de riesgo del ambiente	Factores de riesgo de los padres
<ul style="list-style-type: none"> - Bajo CI - Temperamento difícil - Retraso del desarrollo en una función específica. - Dificultades de comunicación - Enfermedad física - Baja auto-estima - Género masculino 	<ul style="list-style-type: none"> - Pobreza - Deprivación social - Migración - Discriminación racial - Hostigamiento (Bullying) - Presión del grupo de pares - Tóxicos ambientales (ej. plomo, dioxina) 	<ul style="list-style-type: none"> - Enfermedad mental - Conflicto de pareja o divorcio. - Pérdida o muerte - Alejamientos repetidos - Falta de destrezas interpersonales. - Falta de adaptación a necesidades del niño/a. - Disciplina dura. - Criminalidad o sicopatología.

Tanto los factores de protección como los de riesgo pueden ser de **carácter individual, relacionados con la familia, sociales, económicos y ambientales.**

Los factores genéricos de riesgo y protección son aquellos que son comunes a varios problemas y trastornos de salud mental.

Antecedentes contextuales.

CARACTERÍSTICAS GENERALES DE LA INSTITUCIÓN

Nombre de la Institución: Secretaría Regional Ministerial de Salud, Región de Valparaíso
Melgarejo 669, Piso 6, Valparaíso-Chile
Teléfono: (56-32) 257 1602
Fax: (56-32) 2571646
Email: oirs@ssrv.cl

Profesional a cargo: Ps. Camila Reyes, encargada del programa de Promoción y Prevención de Salud Mental

Teléfono – Fax: 5571569- 2571598-2571566

Correo electrónico: camila.reyes@redsalud.gov.cl , c.reyes@ssrv.cl

Tipo de Institución: Pública

Línea programática de la Institución: Gobierno de Chile

Cobertura: Quinta Región, Valparaíso

Radio de Acción: Valparaíso -San Antonio, Viña del Mar-Quillota

BIBLIOGRAFIA

- Ministerio de Salud. Manual de Apoyo Técnico para las Acciones de Salud en Violencia Intrafamiliar.
- OMS. Promoción de la Salud Mental, conceptos, evidencia emergente, práctica: informe compendiado. 2004
http://www.who.int/mental_health/evidence/promocion_de_la_salud_mental.pdf
- OMS. Prevención de los trastornos mentales: intervenciones efectivas y opciones de políticas: informe compendiado. 2004
http://www.who.int/mental_health/evidence/Prevention_of_mental_disorders_spanish_version.pdf
- Minoletti, Alberto. Bases epidemiológicas de la promoción de la salud: la situación de la salud mental.
- Entrevista electrónica : camila.reyes@redsalud.gov.cl , c.reyes@ssrv.cl



Parte II
Trabajo Practico en terreno

Identificación de la institución: Secretaría Regional Ministerial de Salud, Región de Valparaíso.

Dirección: Melgarejo 669, Piso 6, Valparaíso-Chile.

Teléfono: (56-32) 257 1602

Fax: (56-32) 2571646

Email: oirs@ssrv.cl

Presentación del programa que desarrolla la institución.

Entrevista a un Profesional u usuario del programa en base a una pauta que indague respecto del tema investigado.

La entrevista consistió en la participación en el “Día Mundial de Salud Mental” realizado en la plaza O’Higgins de Valparaíso junto a la “Comisión Regional de Protección de las personas con enfermedades mentales”, el día 16 de Octubre del 2009.

Esta entrevista fue realizada a la Srta. Camila Reyes, Psicóloga, quien nos brindo la orientación para participar en esta actividad, encargada del Programa de Prevención y Promoción en Salud mental de la región de Valparaíso en el servicio de salud Valparaíso-San Antonio.

Se conoce y se participa con la Sra. Ivonne Molina, enfermera universitaria, asesora del SEREMI V región, encargada del ELAM (Establecimiento de Larga Estadía del Adulto Mayor) , su función es fiscalizar y supervisar los centro que albergan a adultos mayores en la región de Valparaíso.

Por otra parte se compartió con la Sra. Rosa Clavería Guzmán, Químico Farmacéutico del Servicio De Salud Valparaíso-San Antonio, quien nos orientó y nos dejo la invitación para participar y conocer el resto de los stand ubicados en este encuentro para adquirir información de todos los programas con que cuenta la región de Valparaíso.

Para poder asistir a este encuentro se conoció con anterioridad la Misión y visión de la SEREMI de la salud para ahondar en el programa con que trabaja dicha Institución, que se identifica de la siguiente forma:

Misión

Mejorar y proteger la salud de las personas, familias y comunidad de la región de Valparaíso a través de acciones propias e impulsando el trabajo sectorial, intersectorial y la participación ciudadana.

Visión

Ser una institución de salud con una gestión participativa, cuidadosa de su personal, con equipos humanos involucrados y comprometidos con los objetivos institucionales, dotada de los recursos necesarios, con adecuado nivel tecnológico, para un desempeño

excelente, eficiente y efectivo, que contribuya a reducir las brechas de equidad en la región de Valparaíso.

Con este marco referencia formamos el concepto de trabajo y de como abordar la entrevista.

Para continuar con nuestra visita conocimos a diferentes entidades dedicadas a la prevención y promoción de la salud mental donde nos educaron sobre la funciones que realiza cada institución y de los distintos ámbitos de donde se puede cuidar los factores de riesgo y protección de la población, por mencionar algunos tenemos:

- EGO Chile, Estrategia Global contra la obesidad.
- Gobierno de Chile, con el programa Chile Crece Contigo.
- Corporación Bresky, Alternativas innovadores en Salud Mental, Espacio para la integración e iniciativas en rehabilitación e inclusión social (Valparaíso-Villa Alemana).
- Programa Ecológico Social Multifamiliar, Comité Auto gestor, Valparaíso.
- Hospital Del Salvador, Unidad de dispositivo comunitario, equipo técnico hogares protegidos.
- CONACE, Institución encargada de coordinar la estrategia nacional sobre el control de drogas.
- Contigo Mejor salud, Establecimientos de Larga Estadía para el adulto Mayor.
- Programa de salud Mental integral, intervención Comunitaria en el contexto escolar, Prevención de la violencia y Promoción de los buenos tratos, Corporación Municipal de Valparaíso.
- OIRS, Oficina de información, reclamos y sugerencias, SEREMI Salud Valparaíso.
- Alcohólicos Anónimos, Condell 1338, Valparaíso.
- FONASA .Fondo Nacional de Salud

Esta actividad se realizo el día viernes 16 de octubre desde las 10:00 hrs. hasta las 12:00 hrs. Aproximadamente.

Conclusiones del programa y entrevista.

Tomando el programa y el trabajo en terreno mas las entrevistas a los profesionales y las conversaciones con pacientes y familiares junto al publico que visitó la jornada, podemos entregar un óptica general de lo que significa la "Promoción y Prevención" de la salud mental, y reafirmar que en la vida del ser humano, todo depende de todo y todos de todos, que significa esto, que la salud mental de la persona no puede estar desligada de las salud biológica.

Una buena calidad de vida, se hace con una buena alimentación nutricional y valoriza desde la gestación hasta la etapa de termino del ser humano, y que no es un ser aislado sino parte integral de una sociedad, la que debe vivir de una forma armoniosa, asumiendo como responsabilidad de todos el bienestar general de las personas en el que están integrados por ejemplo una buena vivienda, lugares de esparcimiento y recreación, buenos tratos y respeto mutuo por una parte y seguridad social ,empleo y seguridad publica por otro.

El grupo que investigó, como futuras Trabajadoras Sociales reafirma cada día con un profundo convencimiento que el rol profesional va ligado a tomar las herramientas que entregan los programas de salud mental empezando por los CESFAM que canalizan estos programas de protección a la integridad y fomento de los factores protectores y minimizando los factores de riesgo, es nuestra labor promover , difundir y ser parte del sistema, para poder empoderar con compromiso y solidaridad a la comunidad.

Anexos de documentos obtenidos en la institución y de la entrevista realizada.

C D con registro Fotográfico de la salida a terreno .

C D “Vivir sano es Pulento”

Set de Folletaje de los distintos organismos que asistieron a la celebración del Día internacional de la salud Mental

