

Boletín OCSA No. 29

## **SALUD MENTAL Y POLÍTICAS PÚBLICAS**

Mental Health and Public Policies

### **OBSERVATORIO DE SALUD MENTAL DESDE EL BIENESTAR**

**Jean David Polo V.**

Director

**Juan Camilo Mendoza Arango**

Asistente en Psicología

### **OBSERVATORIO DE CONDICIONES SOCIO ECONÓMICAS DEL CARIBE COLOMBIANO**

**María Esperanza Cuenca Coral**

Directora

**Carla Yinella Gómez Solano**

Asistente de investigación

**José David Mendoza Pérez**

Asistente de investigación

**Karen Sofia Polo Ferrer**

Secretaria

## Tabla de contenido

|  |    |
|--|----|
| <b>Introducción</b> .....  | 4  |
| La Salud mental y las políticas públicas: breve aproximación teórica ..... | 5  |
| Política Pública en Salud Mental en Colombia .....                         | 6  |
| Salud Mental y Política Pública .....                                      | 7  |
| <b>Conclusiones</b> .....  | 10 |
| <b>Bibliografía</b> .....  | 10 |

## Resumen

En la última década, la salud mental y el bienestar se han convertido en tema de especial interés en para los gobiernos y organizaciones en todo el mundo. Más aun, debido al cambio de perspectiva que ha experimentado el concepto de salud mental, resulta imperativo trabajar no solo desde el contexto de cada individuo, sino también desde las comunidades y la política pública. Comprometidos con este proceso, la universidad del norte organizo El Segundo Foro de Salud mental y Políticas Públicas, donde expertos desde lo público y lo académico presentaron idea para un trabajo mancomunado para mejorar la calidad de vida de los colombianos. En este reporte se presenta los puntos clave que surgieron durante las presentaciones y el conversatorio realizados en este evento.

## Abstract

In the last decade, mental health and well-being have become a topic of special interest to governments and organizations worldwide. Moreover, due to the change of perspective that the concept of mental health has experienced, it is imperative to work not only from the context of each individual, but also from communities and public policy. Committed to this process, the Universidad del Norte organized the Second Forum on Mental Health and Public Policy, where experts from the public and academic sectors presented ideas for a joint work to improve the quality of life of Colombians. This report presents the key points that emerged during the presentations and the discussion held at this event.

## Introducción

Desde documentos previos, como el de la OMS (2011) se entiende la salud mental no como la ausencia de enfermedad, sino como “Un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad”

Se ha podido establecer que la salud mental tiene determinantes de tipo biológico, individual, social y estructural que, combinados entre sí, dan origen a múltiples situaciones, con grados de complejidad diferentes. De hecho, se propone que, los *“determinantes de la salud mental además de las características individuales como la capacidad para gestionar nuestros pensamientos, emociones e interacciones con los demás, están los factores: sociales, culturales, económicos, políticos y ambientales en las cuales se incluyen el contexto político como las políticas nacionales, la protección social, el nivel de vida, las condiciones laborales y las redes de apoyo comunitarias”* (Cuellar 2018, p 3).

Debemos tener en cuenta que las circunstancias pueden ser comunes a todos; pero la manera como reaccionamos definirá la posibilidad de solución, el tiempo y la manera de gestionar cada una de estas circunstancias. La salud mental requiere estar bien consigo mismo, en su entorno con las personas alrededor y poder gestionar circunstancias adversas de la realidad (Asociación Americana de Psiquiatría, 2014)

Entonces aparece una pregunta ¿Por qué debería ser tenida en cuenta la salud mental dentro de las políticas públicas de un país? La respuesta, no tan unilateral muestra la incidencia que una adecuada salud mental favorece la vida cotidiana, la solución de problemas y es condición indispensable en los niveles más adecuados de calidad de vida. Ahora bien, su planeación incluye factores asociados por ejemplo al nivel de desarrollo de los países, el entorno socioeconómico y laboral, entre otros. Si analizamos desde la OMS (2016), la calidad de la salud individual está relacionada con los hábitos, el estilo de vida, entornos sociales, económicos y políticos, entre otros.

Es por eso por lo que, la Universidad del Norte ha querido organizar dentro del II Foro de Salud Mental un evento denominado “Salud Mental y Políticas Públicas” buscando una aproximación interdisciplinar que permita incorporar cada uno de estos factores, dándoles el lugar que se requiere. El presente documento tiene tres apartados además de la introducción y las conclusiones: Una breve revisión de literatura acerca de la salud mental y su relación con las políticas públicas; una segunda parte acerca de los lineamientos más importantes vigentes en torno a la salud mental en Colombia y la presentación de los resultados en el foro.

Figura 1

Conversatorio realizado en el Segundo Foro de Salud mental y Políticas Públicas



*Nota.* De izquierda a derecha: Dr. Aldemar Parra (ministerio de salud), Dra. Maria Elena Menco (Secretaria de salud departamental), Dr. Jean David Polo (Director del observatorio de salud mental desde el bienestar), Dra. Ana Maria Trejos (Coordinadora del doctorado en psicología de la universidad del Norte) y el Dr. Javier Rodriguez (Profesor del departamento de salud pública de la universidad del Norte).

### **La Salud mental y las políticas públicas: breve aproximación teórica**

En la evolución del conocimiento acerca del funcionamiento de la mente humana, y en ella de lo que puede considerarse como sano o enfermo, y desde inicios del Siglo XX, sin llegar a encontrarse un enfoque definitivo: Podríamos decir entonces que, de acuerdo con el factor en el cual se haga énfasis, hay tres enfoques: el biomédico, el biopsicosocial y el socioeconómico.

Como casi todas las escuelas de pensamiento en las ciencias sociales, tienen un contexto en el tiempo y unas características sociales, económicas y políticas específicas, de las cuales se deriva entonces el concepto de sanidad o enfermedad.

Parafraseando a Atkinson et al. (2020), en cuanto a las políticas públicas y la salud mental, la evidencia indica que los desafíos para mejorar los programas y políticas de salud mental radican en integrar y comprender los factores sociales en la etiología de las enfermedades mentales y adaptarlos a las diferentes realidades y necesidades locales. Donde ahora entendemos que lo local no tiene una definición lineal, que depende de variables, sociales, políticas, económicas y culturales, en donde las demás disciplinas juegan un papel trascendental en la comprensión de dichos entornos.

Es así como muestra Leiva et al. (2021), que la experiencia holandesa desde 2014 en implementación de políticas basadas en un enfoque comunitario han mostrado excelentes resultados. Así mismo, en Nigeria se realizaron estudios donde

hay una transición al enfoque hospitalario comunitario con resultados que podrían ser extendidos a otras comunidades.

Ahora bien, cada país logra introducir algunos elementos que considera básicos desde las perspectivas de su contexto: de acuerdo con Leiva- Peña et al. (2021) en América Latina, el 59,7% de los programas de salud mental, serían diseñados con base a la evidencia disponible. Y en esta región, los países han incorporado paulatinamente el enfoque comunitario y los determinantes sociales en sus planes nacionales de salud mental; y como en el caso colombiano, diferencian sus planes nacionales de salud mental del plan general de Salud Pública.

### **Política Pública en Salud Mental en Colombia**

La política pública de salud mental en Colombia se basa en la Ley 1616 de 2013, y se concreta en el Plan Hemisférico de la Salud Mental 2015 – 2020 (Ministerio de Salud, 2018). Esta iniciativa del gobierno nacional se propone:

1. Promover la convivencia y la salud mental por medio de programas centrados en los estilos de vida saludables, el cuidado de los menores de edad, y el fortalecimiento de la cohesión y los vínculos sociales.
2. Mejorar los sistemas de detección e intervención temprana de casos de violencia, los trastornos relacionados con el consumo de sustancias, y demás condiciones de salud mental por medio del fortalecimiento de organizaciones comunitarias.
3. Desde el sector salud, desarrollar redes integrales enfocadas en la atención primaria y la adecuación intercultural.
4. Promover la rehabilitación de las personas con condiciones de salud mental por medio de la inclusión social y su canalización a los servicios de salud.
5. Fortalecer la gestión del conocimiento, así como la articulación sectorial e intersectorial de los servicios de salud.

Un elemento fundamental, dicho por el vicerrector de la Universidad del Norte, Dr. Alberto Mario de Castro, es la necesidad de abordar la política desde un enfoque interdisciplinario. Desde hace décadas se entiende que la salud mental es un elemento fundacional de nuestro bienestar cuerpo y mente son uno solo y se debe comprender completamente para asumir las circunstancias diarias y encontrar la estabilidad emocional.

La Política Nacional de Salud en Colombia busca posicionar la Salud Mental como agenda prioritaria para el país, orientar programas de promoción que fortalezcan las habilidades psicosociales individuales y colectivas, la cohesión social y gestionen entornos saludables, la resiliencia y protectores. Durante el evento, se señaló en múltiples ocasiones que para mejorar la salud mental es imperativo

fortalecer los mecanismos de atención entendiendo el papel que juega la sociedad en el bienestar de los individuos. Por otro lado, se resaltó que la salud mental no se limita a la ausencia de trastornos mentales. Sino que más bien, se debe considerar como un estado de bienestar en el cual los individuos son conscientes de sus capacidad y potencialidades, se afrontan las tensiones del día a día, se trabaja productivamente y se contribuye a la comunidad a la cual se hace parte.

La salud mental influye en nuestra forma de pensar, sentir, actuar y en cómo enfrentamos los desafíos diarios. El Dr. Aldemar Parra, invitado del Ministerio Nacional de Salud, mostró un gráfico, que resume claramente esta posición (ver figura 1).

### **Salud Mental y Política Pública: una aproximación desde los observatorios de la División de Ciencias Humanas y Sociales**

En la ponencia del Dr. Aldemar Parra, se mostró una gran parte de los lineamientos de la salud mental en Colombia, en el contexto de la salud pública. Se parte de cuatro elementos constitutivos de la salud mental, como son: los estructurales (que incluye las condiciones ambientales, la pobreza estructural, la movilización forzada y las migraciones, entre otras), los intermedios (condiciones laborales, educativas, de vivienda, barreras de acceso a los servicios de Salud mental, disponibilidad de sustancias psicoactivas, entre otros) y proximales (edad, género, discapacidad, procedencia étnica, entre otros).

Figura 1

Determinantes de la Salud Mental



Fuente: Aldemar Parra (2024).

De esta manera, cuando el individuo enfrenta un suceso evalúa las estrategias para enfrentarlo, analizarlo y, si es un suceso “afrontable”, utilizará su capacidad de resiliencia para asumirlo, afrontarlo y gestionarlo; por otra parte, si es un el cual las personas no logran afrontar pueden aparecer situaciones como el suicidio, la violencia, la discapacidad social. Debemos tener en cuenta que todas estas situaciones tienen un contexto, donde, en Colombia destacan tres elementos sobre los cuales vale la pena llamar la atención: Conflicto armado y construcción de paz, la Pandemia y sus consecuencias actuales y la Migración.

Se hizo énfasis en el problema del suicidio, encontrando que ha habido un aumento en la tasa de incidencia por cada 100.000 unidades, tanto para el intento como la muerte por suicidio, siendo que las mujeres lo intentan más veces, pero los hombres suelen fallar menos. Se encuentra que entre 58.36 para 2021 paso a 72.39 en 2022. Destacan además como factores de vulnerabilidad ser campesino o trabajador del campo (32.1% de los casos), adicción a las drogas (23.08%) y pertenencia a grupos étnicos (21.75%).

En la ponencia de la Dra. Maria Elena Menco, quien es funcionaria de la secretaría de salud del departamento del Atlántico, pudimos observar cómo desde sus fundamentos, la política del departamento está circunscrita a la política nacional: la salud mental en el departamento del Atlántico está dirigida al fomento de actividades que promuevan la salud mental; esto es dado a partir de la ley 1616 de 2013. La gobernación del Atlántico propone implementar acciones para mejorar la salud mental basada en la Política Nacional de Salud Pública del Atlántico. Estas acciones incluyen promover la salud mental como parte integral del derecho a la salud. Se destacan como elementos fundamentales:

La Promoción de la salud mental con el fin de crear un entorno social y económico favorable para la salud mental, que incluye la promoción de estilos de vida saludables y la educación para la salud mental. Por otro lado, se tiene la prevención de los problemas y trastornos mentales: Esto incluye acciones para identificar y abordar los factores de riesgo de los problemas y trastornos mentales, como la atención temprana a la infancia, el apoyo a las familias y la reducción del estrés. Para finalizar, aunque no menos importante, la atención y tratamiento de los problemas y trastornos mentales donde puede verse que la necesidad del incremento de servicios de salud mental de calidad, accesibles y asequibles, como la terapia, la medicación y la rehabilitación.

La salud mental del departamento tiene como líneas directrices:

- **Línea 1:** Generación y fortalecimiento de entornos resilientes, saludables y protectores que promuevan estilos de vida saludables;
- **Línea 2:** Promoción del involucramiento parental;

- **Línea 3:** Educación en habilidades psicosociales para la vida como autoconocimiento, empatía, comunicación, entre otros.
- **Línea 4:** Fortalecimiento de la cultura propia como factor protector de la salud mental.

Algunos planes de incentivo del desarrollo humano ya se han ejecutado en la Universidad Del Norte, las cuales han tenido enfoque de distintas índoles como la perspectiva de género, el enfoque diferencial, entre otros.

Además de estas dos exposiciones, la Dra. Ana María Trejos presentó la ponencia tiene como temática presentar la metodología PM+ como un recurso de plan como un moderador de salud mental para la población migrante venezolana, que viene de un contexto complicado a Colombia, y más específicamente, a la ciudad de Barranquilla. Para brindar un poco de contexto, Barranquilla ha tenido un flujo de migrantes venezolanos, quienes han pasado por situaciones de precariedad y necesidad, además de mucho estrés y ansiedad.

El propósito de esta metodología es brindar apoyo social con énfasis en la salud mental de los cuidadores y así fortalecer mentalmente a las personas que se encargan del cuidado de otros. En Colombia, han llegado millones de mujeres venezolanas que se han visto afectadas por eventos traumáticos como reclutamiento forzado, violencia directa, malos tratos, entre otros. Muchas de ellas, afirmaron que esto se pudo dar debido a su carácter migratorio.

PM+ es un programa orientado a personas que necesitan apoyo para solucionar problemas prácticos. Es crucial en este enfoque las técnicas cognitivo-conductual para lograr el apoyo óptimo a las personas con depresión, ansiedad, entre otros. En el PM+, se conforman grupos de 6 a 8 personas y se ejecutan 5 sesiones:

- Sesión 1: Entender PM+ y abordar el estrés
- Sesión 2: Afrontar problemas
- Sesión 3: Seguir andando, continuar haciendo
- Sesión 4: Fortalecer el apoyo social
- Sesión 5: Mantenerse bien y mirar hacia adelante

En evidencia a lo anterior, se hicieron análisis de datos cuantitativos y cualitativos con el objetivo de triangular datos de ambos métodos y se encontró que aquellas personas en posiciones más estables y menos marginadas fueron los que más mejoraron. También, se demostró que es más complejo lograr resultados positivos de alto impacto a individuos con estatus legal menos seguros, niveles más bajos de educación, nacionalidad extranjera, etnia minoritaria y empleo menos estable. A pesar de las dificultades, este programa significó un paso de gran importancia para aquellas comunidades afectadas por el costo del estrés y la

ansiedad. Y se busca ampliar (por medio de financiamiento) el programa, especialmente para que estudiantes de pregrado de Psicología tengan la oportunidad de primera mano en entender situaciones y resolverlas, especialmente a aquellas personas que realmente lo necesita

Para finalizar, el Dr. Javier Rodríguez mostró los avances en una investigación realizada por los profesores de medicina, que buscan analizar la temática de bienestar en los diferentes grupos de investigación de la universidad del Norte. Se utilizaron como tres principales categorías, el Bienestar, la salud y la justicia. Ahora bien, se abordan cuatro criterios muy importantes en la investigación académica: Ontológico, Epistemológico, objetivo y subjetivo.

Se encontró como primer resultado, que la mayoría de los grupos de ingeniería y Ciencias Básicas están en los Objetivo / ontológico (Química y Biología, UREMA, Odontología, CNPE, Genética y Med Mol, enfermedades Tropicales, Enfermería y TRANVIA) En los epistemológico /objetivo solo está matemáticas y en los subjetivo epistemológico están grupos como PBX, GRANECO, Marketing, Psicología, GIDHUM, entre otros.

## Conclusiones

Como resultado de este evento, podemos establecer que en la universidad se ha estado trabajando una gran cantidad de elementos asociados al bienestar. Han sido grandes esfuerzos que, con este tipo de eventos, el apoyo del vicerrector académico, los departamentos de psicología, economía y los correspondientes observatorios, buscamos que sea cada vez más frecuente la participación en proyectos y consultorías con el fin de lograr impactos a través de la intervención en nuestro entorno.

## Bibliografía

- Asociación Americana de Psiquiatría. (2014). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales* (DSM-5). Editorial Médica Panamericana.
- Atkinson JA, Skinner A, Lawson K, Rosenberg S, Hickie IB (2020). Bringing new tools, a regional focus, resource-sensitivity, local engagement and necessary discipline to mental health policy and planning. *BMC Public Health*, 20(1), 1-10. <https://doi.org/10.1186/s12889-020-08948-3>
- Cuellar, L. (2018). La Salud Mental, un verdadero problema de salud pública. *Revista Colombiana Salud Libre*, 13(1), 5-8. <https://doi.org/10.18041/1900-7841/rcslibre.2018v13n1.4985>
- Leiva-Peña, V., Rubí-González, P., & Vicente-Parada, B. (2021). Determinantes sociales de la salud mental: políticas públicas desde el modelo biopsicosocial en países latinoamericanos. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 45. <https://doi.org/10.26633/RPSP.2021.158>

Ministerio de salud y protección social (2018). Política Nacional de Salud Mental.  
<https://www.minsalud.gov.co/Paginas/Gobierno-presenta-Politica-Nacional-de-Salud-Mental.aspx>

Organización Mundial de la Salud OMS (2011). Salud mental: un estado de bienestar.