



El futuro de la salud mental en el país

El panorama en Colombia revela que las mujeres y los niños son los más afectados por problemas como la depresión y la ansiedad.

En Colombia la Ley 1616 del 2003 definió la salud mental como “un estado dinámico que se expresa en la vida cotidiana a través del comportamiento y la interacción, de manera tal que permite a los sujetos individuales y colectivos desplegar sus recursos emocionales, cognitivos y mentales para transitar por la vida cotidiana, para trabajar, para establecer relaciones significativas y para contribuir a la comunidad”.

Adicionalmente estableció que la salud mental es de interés y prioridad nacional para la República de Colombia, plasmándola como un derecho fundamental y tema prioritario en salud pública.

Dentro de ese contexto es importante tener en cuenta que la salud mental está relacionada con la forma como nos comportamos y nos relacionamos con las personas; de igual forma, como interactuamos con el entorno en nuestra vida diaria.

Lo anterior asociado a la manera en que transcurren las percepciones, los pensamientos, las emociones, las creencias y demás contenidos en nuestra mente, los cuales se encuentran íntimamente afectados por factores genéticos, biológicos y de la historia particular de cada persona y su familia, así como por aspectos culturales y sociales.

“Un problema de salud mental afecta la forma como una persona piensa, se siente, se comporta y se relaciona con los demás, pero sus manifestaciones no son suficientes para incluirlos dentro de un trastorno específico definido por la Asociación Psiquiátrica Americana y la OMS”, afirma el doctor Gustavo Domínguez, gestor Nacional del Riesgo en Salud Mental de Coomeva EPS.

Además -agrega- los problemas mentales son más comunes, menos severos y menos persistentes en el tiempo.

El doctor explica que se trata de síntomas como ansiedad, tristeza, insomnio, cambios en el apetito u otros sentimientos y conductas que pueden generar malestar y algunos



inconvenientes, pero que no provocan un deterioro significativo en la vida social, laboral, ni en la vida cotidiana.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) anota que una buena salud mental permite a las personas desarrollar su potencial, enfrentar las situaciones de vida estresantes, trabajar productivamente y contribuir a la comunidad.

En tanto que los problemas y trastornos mentales se asocian con una gran discapacidad y deterioro de la calidad de vida.

En Colombia, la salud mental es reconocida por el Estado como una prioridad en salud pública, y prueba de ello lo constituye su inclusión en el Plan Decenal de Salud Pública 2012 -2021 en la Dimensión Convivencia Social y Salud Mental.

LOS MÁS AFECTADOS

Millones de colombianos sufren hoy a causa de problemas de salud mental como la depresión, la ansiedad y psicosis, entre ellos los adolescentes y las mujeres son los grupos con mayor número de casos.

Esta es una de las principales conclusiones de la Encuesta Nacional de Salud Mental (ENSM 2015), de la Universidad Javeriana, Colciencias y el Ministerio de Salud, presentada recientemente.

Diario Portafolio, 10 de Octubre de 2015. Página 20.