EL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL PARA LA PROMOCIÓN SALUD

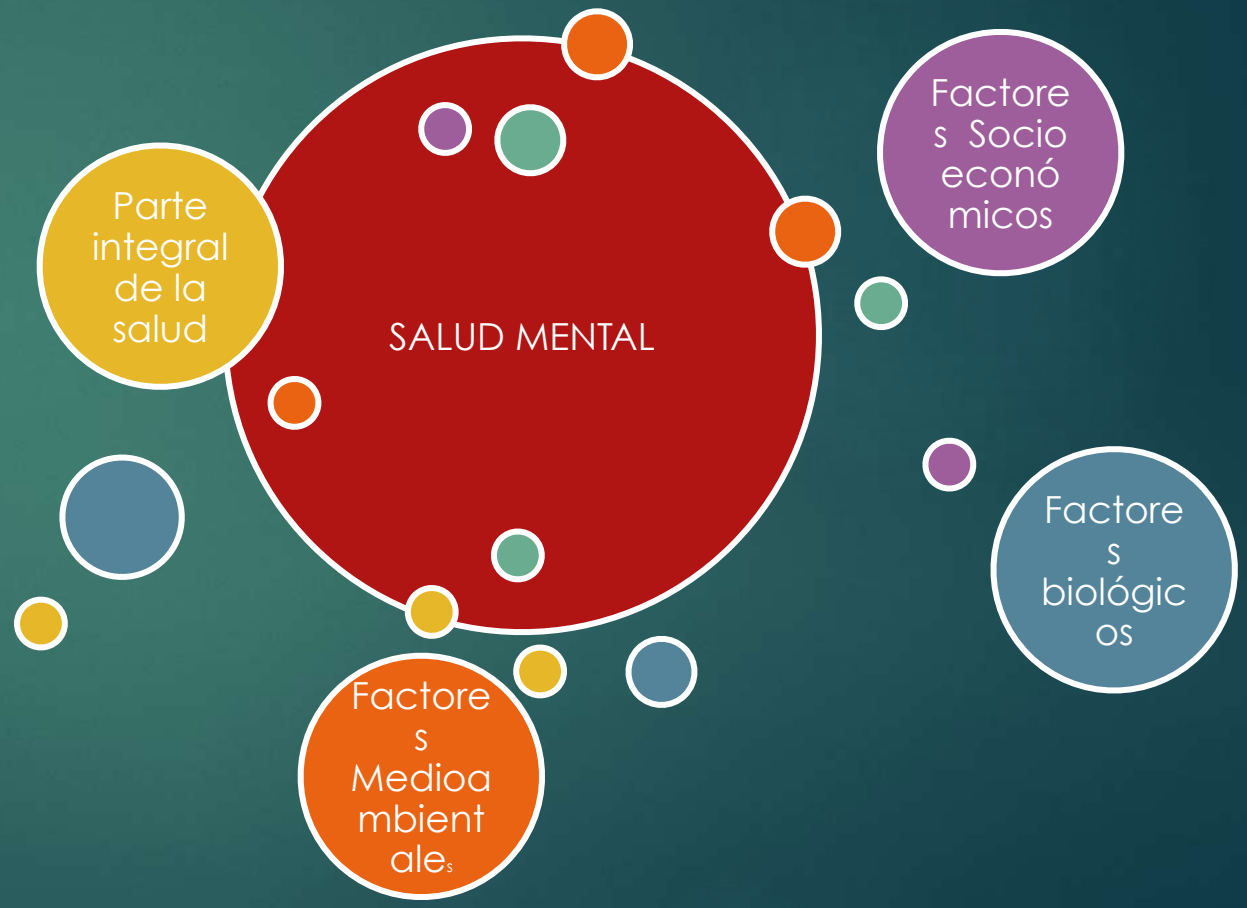
DRA. ANGIE V. PÉREZ N.

MÉDICO PSIQUIATRA

2021

SALUD MENTAL

- «La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades.»
- Se considera la salud mental como algo más que la ausencia de trastornos o discapacidades mentales.



10 de Octubre

El Día Mundial de la Salud Mental (DMH), que se celebra cada 10 de octubre, es promovido por la Federación Mundial de la Salud Mental y cuenta con el respaldo de la Organización Mundial de la Salud (OMS).

Representa un compromiso por crear conciencia sobre los problemas de salud mental en todo el mundo y movilizar esfuerzos en apoyo de la salud mental.

IMPACTO DE LA PANDEMIA EN LA SALUD MENTAL

- COVID 19
  - Aumentando los nuevos casos de afecciones de salud mental
  - Empeorando las preexistentes.
  - Interrupciones significativas en los servicios para trastornos mentales, neurológicos y por uso de sustancias,
  - Acceso reducido al tratamiento

Región de las Américas

- Los trastornos mentales, neurológicos y por uso de sustancias (SNM) y el suicidio representan más de un tercio (34%) del total de años vividos con discapacidad, siendo los trastornos depresivos la principal causa de discapacidad.
- Casi 100.000 personas mueren por suicidio cada año en la Región.

PROMOCIÓN DE SALUD MENTAL

- La promoción de la salud mental consiste en acciones que creen entornos y condiciones de vida que propicien la salud mental y permitan a las personas adoptar y mantener modos de vida saludables.

El Plan de acción tiene el objetivo el promover la salud mental, prevenir trastornos mentales, dispensar atención, mejorar la recuperación, promover los derechos humanos y reducir la mortalidad, morbilidad y discapacidad de personas con trastornos mentales.

ESTRATEGIAS PARA FOMENTAR LA SALUD MENTAL

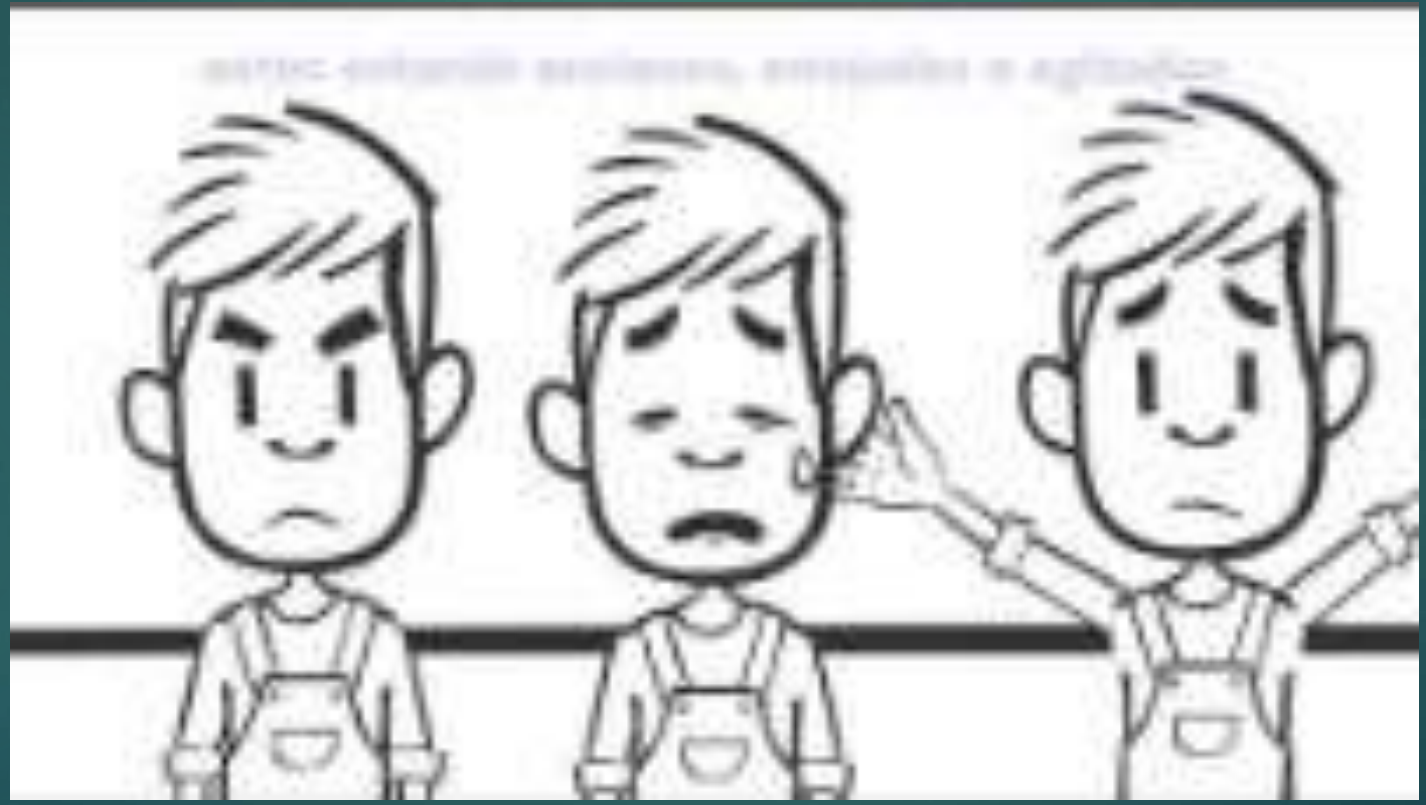
- Las intervenciones en la infancia precoz
- El apoyo a los niños (por ejemplo, programas de creación de capacidades y programas de desarrollo infantil y juvenil);
- La emancipación socioeconómica de la mujer (por ejemplo, mejora del acceso a la educación y concesión de microcréditos):
- El apoyo social a las poblaciones geriátricas (por ejemplo, iniciativas para hacer amistades y centros comunitarios y de día);
- Los programas dirigidos a grupos vulnerables, y en particular a las minorías, los pueblos indígenas, los migrantes y las personas afectadas por conflictos y desastres
- Las actividades de promoción de la salud mental en la escuela (por ejemplo, programas de apoyo a los cambios ecológicos en la escuela y escuelas amigas de los niños);
- Las intervenciones de salud mental en el trabajo (por ejemplo, programas de prevención del estrés);

ESTRATEGIAS PARA FOMENTAR LA SALUD MENTAL

- Las políticas de vivienda (por ejemplo, mejora de las viviendas);
- Los programas de prevención de la violencia (por ejemplo, la reducción de la disponibilidad del alcohol y del acceso a las armas);
- los programas de desarrollo comunitario (por ejemplo, iniciativas de colaboración ciudadana y de desarrollo rural integrado);
- La reducción de la pobreza y la protección social para los pobres;
- Legislación y campañas contra la discriminación;
- Promoción de los derechos, las oportunidades y la atención de las personas con trastornos mentales.

PROMOCIÓN DE LA POBLACIÓN EN GENERAL

PROMOCIÓN ENFOCADA EN NIÑOS



PROMOCIÓN PARA EL GERONTE

UNA INICIATIVA PARA PACIENTE CON ENFERMEDADES DEGENERATIVAS

- Los más vulnerables y los olvidados.

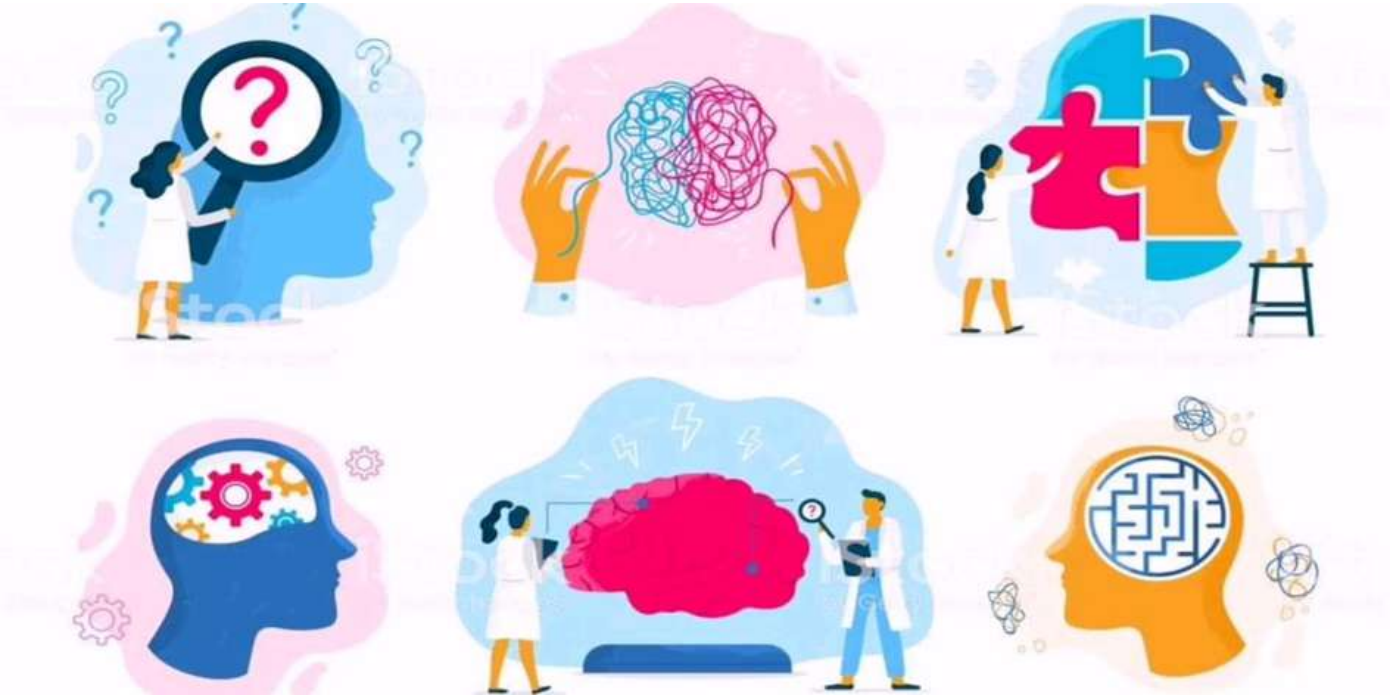
PROMOCIÓN PARA EL PERSONAL DE SALUD

LA OPS lanza una campaña para crear conciencia sobre el impacto de la salud mental de la COVID-19 en los trabajadores de salud de primera línea.

Grandes dolores emocionales

APOYO PSICOEMOCIONAL AL PACIENTE EN DUELO POR COVID

RECOMENDACIÓN PARA EL AUTOCUIDADO DE LA SALUD MENTAL



CUIDEMOS DE NUESTRA SALUD MENTAL, ES IMPORTANTE PARA CONTINUAR HACIA ADELANTE.

GRACIAS…