

Opinión

¿Cómo abordamos la alta demanda de salud mental en Chile?



Miriam Pardo Fariña

Académica de Psicología UNAB Sede Viña del Mar



COLUMNA DE OPINIÓN

Nuestra sección de **OPINIÓN** es un espacio abierto, por lo que el contenido vertido en esta columna es de **exclusiva responsabilidad de su autor**, y no refleja necesariamente la línea editorial de BioBioChile

Martes 10 octubre de 2023 | 10:50

Leer más tarde



Freepik

1251 visitas

La Salud mental en nuestro país presenta carencias importantes que se evidencian hace décadas, las cuales se vieron incrementadas críticamente en tiempos de pandemia. Lo anterior marca un deterioro crónico que abre alertas y preguntas acerca de las dificultades que tenemos como sociedad para “sanarnos”.

El **Ministerio de Salud de Chile (MINSAL)** ha trabajado en esta materia; sólo por citar un ejemplo, presentó para los años **2019–2025 el Plan de Acción de Salud Mental** expuesto con diversos objetivos, iniciativas e indicadores de proceso.

Además de lo ya mencionado, en otros documentos, el MINSAL ha desplegado guías detalladas sobre la Salud mental, con presentación de cuadros clínicos de importancia en la población chilena, incluyendo recomendaciones, orientaciones técnicas y modelos para abordar la complejidad que tiene este tópico. La ardua tarea que implica abordar la Salud mental ha llevado también al establecimiento de leyes, resoluciones y decretos contemplando, de manera especial, los segmentos más vulnerables de la población si se tienen en cuenta los ciclos evolutivos, tal es el caso de la niñez y de los adultos mayores.

Sin embargo, los esfuerzos siguen siendo insuficientes, si se consideran las elevadas tasas de problemas de Salud mental en la población chilena, relacionados con trastornos de ansiedad, tasas de suicidio, depresión, dependencia de sustancias, alcoholismo, entre otros cuadros.

No hay mayores dificultades para diagnosticar estas u otras insuficiencias, las cuales incrementan las alarmantes estadísticas de los estudios que se realizan; sin embargo, el problema principal radica en cómo nos hacemos cargo de estas dolencias y de tantas otras, las cuales, más allá de un diagnóstico, parecieran continuar replicándose e insistiendo en la población chilena.

Cuando los problemas de Salud mental hacen su aparición, el personal de salud se enfrenta a una cantidad no menor de estas dificultades. Dada la complejidad de estos, los psicólogos, psiquiatras, las duplas psicosociales que trabajan en conjunto (psicólogo y trabajador social), y otros profesionales de la salud, se ven sobrepasados por la alta demanda de casos.

Al haber tantos usuarios, los Centros de salud no logran atender todas las exigencias implicadas en cada cuadro clínico, por lo que las intervenciones resultan insuficientes, incluso tal solo paliativas, tendientes a disminuir la dolencia como los analgésicos que calman el dolor de manera momentánea.

Las redes de derivaciones comienzan a resultar escasas por la excesiva demanda de usuarios y los profesionales de la salud se quedan sin recursos para dar un seguimiento más frecuente a cada caso.

Lo anteriormente expuesto, produce cansancio y consistente desgaste en los profesionales de la Salud mental, los cuales comienzan a evidenciar el llamado síndrome de Burnout, o del trabajador quemado, presentando agotamiento emocional, pérdida de motivación, dolencias variadas y sentimientos tales como sentirse abrumado respecto a la sobredemanda y la precariedad de las atenciones. Tal agotamiento se empieza a traducir en lo ya mencionado, así como en licencias médicas al sentir dañada la calidad de vida.

Lo explicado para el personal de Salud mental se transforma en una paradoja con relación a los desafíos que deberían abordar para la población. Las jornadas extensas de turnos y el cansancio físico y psicológico afectan el buen desempeño, por lo que se ingresa a la lógica paradójica ya mencionada y de la cual resulta muy difícil salir.

La importancia de la prevención primaria

Tanto en la Salud pública como privada, se busca atender a la prevención primaria para evitar problemas mayores, por lo que se suelen implementar campañas, talleres, cursos de capacitación, materiales impresos, etc., con el objetivo de concientizar a la población y/o formarla.

Si cada uno de nosotros no le da importancia a estos esfuerzos de prevención primaria, si no se toman en serio los tratamientos indicados cuando están los primeros atisbos de las enfermedades y/o malestares en la Salud mental (propio de la prevención secundaria), terminaremos enfocándonos, de manera principal, en la prevención terciaria, cuando la enfermedad ya está instalada, por lo que los esfuerzos se orientarán en eliminar o reducir al máximo los malestares.

Esto dará cuenta de que no fue posible detener a tiempo problemas y/o enfermedades que comenzaron a manifestarse levemente, llegando a constituirse en cuadros de alta complejidad. Aun así, cuando se está en este nivel de prevención o de tratamiento (prevención terciaria), muchas veces los usuarios desestiman los esfuerzos y los recursos que se ponen a su disposición para obtener logros, generándose un circuito cada más complejo que termina generando desesperanza y escepticismo en los usuarios y en el personal de salud.

Finalmente, **se destaca que el MINSAL ha propuesto el siguiente lineamiento dentro de sus líneas estratégicas** referidas a la prevención primaria para la Salud mental:

La promoción de la salud mental incluye acciones que apoyan a las personas, familias, comunidades, para adoptar estilos de vida saludables y generar ambientes favorecedores de la salud mental, así como la implementación de acciones para prevenir la aparición de problemas de salud mental, detección temprana y abordaje de factores y/o poblaciones de riesgo. Incluye acciones asociadas a promoción de los derechos humanos y reducción del estigma de las personas con problemas o enfermedades de salud mental. Estas son iniciativas fundamentales para disminuir la incidencia de enfermedades mentales en la población.

Por lo tanto, se concluye que la Salud mental es un desafío para todos.



Miriam Pardo Fariña

Académica de Psicología UNAB Sede Viña del Mar