



SALUD MENTAL AL ALCANCE DE TODOS

Atención Primaria y Salud Mental

El Día Mundial de la Salud Mental (10 de octubre), promovido por la Federación Mundial para la Salud Mental (WFMH) y respaldado por entidades internacionales como la Organización Mundial de la Salud, aúna esfuerzos en torno a la promoción de la salud mental entre la población.

El lema “Salud Mental al alcance de todos” quiere incidir en que todos los ciudadanos tienen derecho a una óptima salud mental y pretende acercar a la realidad y circunstancias de España el lema general de la WFMH para el año 2009 “Salud Mental en la Atención Primaria: mejorando los tratamientos y promoviendo la salud mental”.

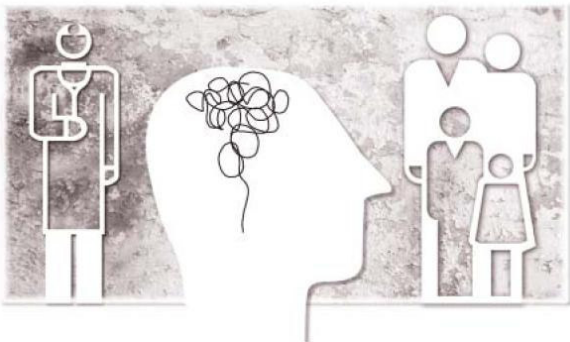
*** SI CREES QUE TIENES ALGÚN PROBLEMA DE SALUD MENTAL O CONOCES A ALGUIEN QUE PUDIERA TENERLO, SABÍAS QUE... ***

Puedes pedir una cita en tu Centro de Salud

Tu médico de Atención Primaria, como médico de familia que es, tiene un mejor acceso a la información sobre el entorno del paciente, así como a su historial clínico. Facíltale su trabajo.

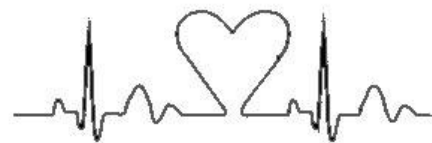
Tu médico vela por la salud global de las personas, realizando un abordaje biopsicosocial del paciente, atendiendo de forma específica los problemas derivados del tratamiento farmacológico o de la propia enfermedad, por ejemplo, el síndrome metabólico, diabetes, sobrepeso, obesidad, dislipemias, hipertensión arterial, entre otros.

Tu médico de familia o tu pediatra pueden detectar de forma precoz un problema de salud mental y, si es necesario, derivarlo a los servicios especializados.



Una de cada cuatro personas que acude a consulta de Atención Primaria lo hace por un problema de salud mental, siendo en su mayoría trastornos mentales comunes de intensidad leve o moderada que pueden ser asumidos por este primer nivel asistencial.

Estudios demuestran claramente que la detección e intervención temprana de las enfermedades mentales no sólo contribuye a la recuperación rápida y completa de las personas con enfermedad mental sino que también favorece una mejor integración en la sociedad.



Las personas con enfermedad mental grave y duradera tienen el doble de probabilidades de sufrir múltiples enfermedades físicas.

La Atención Primaria vela por la promoción de la salud mental y la prevención de trastornos mentales entre la población, promoviendo hábitos de vida saludable.

Menos de la mitad de personas con enfermedad mental recibe hoy día un tratamiento adecuado, que comprenda tratamiento farmacológico, psicoterapia y rehabilitación.

SI ERES MÉDICO EN ATENCIÓN PRIMARIA, SABÍAS QUE...

- El clima de confianza que genera el contacto entre el médico y el paciente contribuye a una mayor conciencia de enfermedad lo que favorece la atención integral, el seguimiento y la adherencia terapéutica.
- Entre un 20 y un 25 por ciento de las consultas diarias en Atención Primaria son realizadas por personas que tienen como principal o único motivo de consulta un problema de salud mental.
- Entre un 25 y un 40 por ciento de pacientes con esquizofrenia pierden el contacto con los servicios especializados de Salud Mental.
- Para los pacientes son muy importantes los efectos secundarios del tratamiento farmacológico, que suponen ganancia de peso, cambios metabólicos, riesgos cardiovasculares, alteración de lípidos, cambios endocrinos y sexuales y diabetes.
- Las consultas de Atención Primaria son percibidas entre las personas con enfermedad mental como menos estigmatizantes que los Centros de Salud Mental.
- Evitar el estigma es muy importante para las personas con enfermedad mental porque representa uno de los obstáculos más importantes a la hora de aceptar su enfermedad y continuar con el tratamiento integral.

La **Cartera de Servicios de Atención Primaria** del Sistema Nacional de Salud incluye la atención a la salud mental en coordinación con los servicios de Atención Especializada y comprende:

- ◊ Actividades de prevención y promoción, consejo y apoyo para el mantenimiento de la salud mental en distintas etapas del ciclo vital.
- ◊ Detección, diagnóstico y tratamiento de trastornos adaptativos, por ansiedad y depresivos, con derivación a los servicios de salud mental en caso de quedar superada la capacidad de resolución del nivel de atención primaria.
- ◊ Detección de conductas adictivas, de trastornos del comportamiento y de otros trastornos mentales y de reagudizaciones en trastornos ya conocidos, y, en su caso, su derivación a los servicios de salud mental.
- ◊ Detección de psicopatologías de la infancia/adolescencia, incluidos los trastornos de conducta en general y alimentaria en particular, y derivación en su caso al servicio especializado correspondiente.
- ◊ Seguimiento de forma coordinada con los servicios de salud mental y servicios sociales de las personas con trastorno mental grave y prolongado.

TENIENDO EN CUENTA QUE...



Mejorar la atención a la salud mental es uno de los objetivos estratégicos del Ministerio de Sanidad y Política Social.

Una condición indispensable para asegurar una atención integral de calidad es la prioridad desde las Consejerías de Salud específicamente de la implementación inmediata de la Estrategia en Salud Mental del Sistema Nacional de Salud.

Los servicios de Atención Primaria son el espacio idóneo para promover y trabajar campañas de información, prevención y concienciación sobre trastornos mentales, lo que redundaría en un menor estigma y un mejor acceso de los ciudadanos a los servicios médicos.

El desconocimiento de los problemas de salud mental afecta tanto a los usuarios como a los profesionales de la salud por lo que se necesita formación e información al respecto, para evitar situaciones de estigma, así como incentivos profesionales para mejorar la atención a los mismos.

Es necesario potenciar la formación en salud mental de los profesionales de Atención Primaria, incluyendo la realización de talleres prácticos de entrevista clínica psiquiátrica, abordaje psicofarmacológico y de modelos de psicoterapia adaptados a este nivel asistencial.

La Atención Primaria, por su accesibilidad y cercanía como puerta de entrada del sistema sanitario, de atención continuada y longitudinal de los pacientes debe estar dotada con mayores recursos humanos, materiales, económicos y debe mantenerse como servicio público.



La Atención Primaria tiene que tender a la cohesión basada en las condiciones de igualdad en la atención a las personas con trastornos mentales.

Debe existir una óptima coordinación y comunicación entre la Atención Primaria, Atención Especializada y Servicios Sociales, para atender de forma integral y con calidad a la persona con enfermedad mental y asegurar su participación y la de su familia en la toma de decisiones.