

El Psicólogo en el campo de la Salud Mental

La Salud Mental es un territorio que forma parte integral de la Salud y las acciones que se llevan a cabo dentro de su ámbito deben articularse en un arco que se extiende desde la atención primaria hasta las intervenciones críticas en que la población se ve afectada por traumas masivos. La pandemia que estamos atravesando en este momento es un ejemplo elocuente de esto último. La mejor política para gestionar los recursos en este campo es aquella que pueda apoyarse en cuatro principios fundamentales. A saber:

- a) elaboración de programas que tengan en cuenta los diferentes niveles de la prevención
- b) intervenciones que respondan a los principios de evidencia científica
- c) prácticas ajustadas a criterios de eficiencia (relación óptima entre costo y beneficio).
- d) entrenar y poner a disposición de las instituciones nacionales, regionales e internacionales de personal tanto especializado como no especializado que puedan llevar a cabo las acciones pertinentes.

El trabajo en el terreno de los trastornos de la salud mental en particular, debe responder a esos principios generales y, además, debe agilizarse todo lo que sea posible teniendo en cuenta el dramático incremento de las tasas de prevalencia en el área. Esto abarca desde los trastornos mentales comunes (ansiedad / depresión) hasta las formas agudas de las autolesiones y el suicidio. La O.M.S. ha promovido diversos grupos de trabajo que documentan cabalmente el crecimiento alarmante de la prevalencia de los trastornos mentales que viene ocurriendo en las últimas décadas.

En respuesta a esa dramática situación , la OMS ha puesto en marcha la Special Initiative for Mental Health, a desarrollarse entre 2019-2023, y que se aplicará en algunos territorios sensibles a alrededor de 100 millones de personas.

Acorde con todo ello, la mhGAP Intervention Guide de la O.M.S., en su edición de 2016 describe los recursos fundamentales que recomienda para que todos los gobiernos incluyan en sus programas de trabajo en el campo de la salud mental. En el Plan de trabajo, las Intervenciones de la Psicología ocupan el primer lugar y constituyen una columna vertebral, propiciando diversas acciones: a) Psicoeducación, b) Fortalecimiento de Redes de Sostén Social, c) Promoción de actividades funcionales comunitarias y d) Tratamientos psicológicos.

Esto señala la necesidad de contar con la labor de los profesionales psicólogos como un recurso indispensable en las tareas de Diagnóstico, Evaluación, Formulación de Diseños e Intervenciones terapéuticas. Estas últimas se recomiendan ajustadas a las pruebas de evidencia empírica demostrada.

En diversos países, esta recomendación ha sido tomada en cuenta por los organismos gubernamentales y se plasmó en Leyes de Salud Mental. Mi país, Argentina, ha formulado la ley correspondiente. Desde entonces el psicólogo forma parte integrante del cuerpo de científicos y profesionales que deben ser tenidos en cuenta en todas las decisiones del área.

Héctor Fernández-Alvarez