

*Editorial*

## Salud mental en la actualidad

### Mental health today

Andrea Patricia Calvo Soto

Los trastornos mentales como la depresión, el trastorno de angustia, la ansiedad generalizada, el trastorno obsesivo compulsivo, entre otros, han existido siempre. Las condiciones de nuestra sociedad relacionados con el mercado, la producción, el conocimiento, etc., implican importantes niveles de exigencia y nuevas formas de relacionarse con los demás, mediados por la tecnología. Esto convierte el entorno altamente competitivo, todas esas presiones pueden llevar al límite la salud mental. Esto se evidencia en el creciente número de personas con problemas de salud mental que reportan los sistemas de salud. Las consecuencias de los problemas mentales pueden llevar a repercusiones físicas como: dolores musculoesqueléticos, trastornos gástricos, debilitamiento del sistema inmunitario, enfermedad cardíaca y otras afecciones; pero también podría conllevar al suicidio.

La Organización Mundial de la Salud en su reporte de 2019, señala que, los trastornos mentales, neurológicos y por consumo de sustancias constituyen el 10% de la carga mundial de morbilidad y el 30% de las enfermedades no mortales. La depresión afecta a 264 millones de personas y es una de las principales causas de discapacidad. Las personas con trastornos mentales graves mueren de 10 a 20 años antes que la población general. Finalmente, la economía mundial pierde cerca de US\$ 1 billón al año en productividad debido a la depresión y la ansiedad. Con este panorama tan preocupante en cifras, los países y los entes de salud han lanzado alarmas para buscar atender esta realidad, a través de políticas y programas que minimicen el impacto, desarrollando el fomento a la salud mental y la prevención de los trastornos mentales. Las medidas se enfocan a mejorar las políticas, la financiación, la investigación y la legislación al respecto.

En Colombia se estima que el 40% de la población sufre o sufrirá de un trastorno mental, y desde el 2013 existe la Ley 1616 de 2013, ley de salud mental, cuyo objetivo es el de garantizar el ejercicio pleno del derecho a la salud mental. Esta ubica “la promoción de la

salud mental como una estrategia intersectorial y un conjunto de procesos orientados hacia la transformación de los determinantes que afectan la calidad de vida, en procura de la satisfacción de las necesidades y los medios para mantener la salud, mejorarla y ejercer control de la misma en los niveles individual y colectivo teniendo en cuenta el marco cultural colombiano”. Entre tanto, frente a la prevención primaria del trastorno mental hace referencia a “las intervenciones tendientes a impactar los factores de riesgo relacionados con la ocurrencia, enfatizando en el reconocimiento temprano de factores protectores y de riesgo en su automanejo y está dirigida a los individuos, familias y colectivo”. En 2018 se presenta la Resolución 1004886 que establece la política de salud mental para el país, la cual menciona dentro de los ejes de acción, el intersectorial, para el adelanto de entornos que procuren el desarrollo integral de las personas, promoviendo y manteniendo el bienestar emocional y social, incluyendo el entorno de trabajo. Entendiendo que la salud mental se relaciona con determinantes individuales y sociales, considerando aspectos hereditarios, biológicos (factores físicos), psicológicos y ambientales (incluyendo factores sociales y culturales), es claro como el mantenimiento de un entorno de trabajo adverso puede propiciar la aparición de estos problemas, agravar la situación de aquellos quienes sufren de enfermedades mentales o del consumo de sustancias psicoactivas. Se señala que las condiciones de trabajo pueden ser también elementos que conllevan a producir estrés y desgaste profesional.

Con base en lo anterior, es deber de las empresas facilitar un entorno seguro, que minimice el riesgo psicosocial que puede generarse por aspectos asociados al trabajo, pero también considerar que es responsabilidad de las empresas evitar la discriminación y facilitar la integración de quienes tienen diagnóstico de enfermedad mental. Lo que se busca es que el lugar de trabajo sea saludable, donde los trabajadores y los directivos participen en mejorar el

Universidad Santiago de Cali, Cali, Colombia

**Autor de Correspondencia:** [acalvosoto@yahoo.es](mailto:acalvosoto@yahoo.es)

entorno laboral, promoviendo y protegiendo la salud, la seguridad y el bienestar de todos.

La misión de las empresas dentro de su sistema de gestión en seguridad en salud en el trabajo es identificar el peligro psicosocial, estimar el riesgo de afectación a la salud mental, reduciéndolo mediante intervenciones y prácticas adecuadas para proteger y promover la salud mental en el lugar de trabajo. Hacer vigilancia para la detección del estrés patológico, las enfermedades y el consumo nocivo de sustancias psicoactivas, evitar el acoso laboral; además de realizar acciones de promoción, a través del desarrollo de aspectos positivos del trabajo y las cualidades y capacidades del personal. Mantener la carga y los ritmos de trabajo de forma adecuada, que no excedan las capacidades de los

trabajadores, reduciendo las presiones de las tareas, para ello se necesita un trabajo interdisciplinario y el compromiso gerencial, para implementar y mantener estrategias de intervención, las cuales deben incluir al trabajador como persona, a la familia y la comunidad.

Parte de la mejora en el control general lo constituye la investigación, para la comprensión del fenómeno de los trastornos mentales y el trabajo, cuyo reporte facilita la divulgación y la apropiación por parte de los actores involucrados, de ahí la importancia que la revista de Salud Ocupacional dedique un volumen a presentar esta información.

© Universidad Libre. 2020. Licence Creative Commons CC-by-nc-sa/4.0. <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.en>

