

¿Y la salud mental para cuándo?

escrito por Daniel Restrepo

Con mucha preocupación he revisado las cifras que existen sobre salud mental. Los índices de suicidios y enfermedades como consecuencia de efectos nocivos incrementan considerablemente.

“De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud – OMS, en el mundo hay alrededor de mil millones de personas que viven con un trastorno mental, en donde la depresión es una de las principales causas de enfermedades y discapacidad en los niños, niñas y adolescentes, así como la OMS ha resaltado que aproximadamente cada 40 segundos en el mundo alguien muere por suicidio”

Para el caso de Colombia y de acuerdo con los resultados de la Encuesta de Salud Mental del Ministerio de Salud y Protección Social, en el año 2015 se encontró que alrededor del 52,2% de los jóvenes encuestados presentaba entre uno o dos síntomas de ansiedad, así como se identificaba que, alrededor del 36,6% de la población encuestada entre 12 y 17 años consideraba que su estado de salud era excelente; por su parte alrededor del 47,6% la población de 60 años y más consideraba que su estado de salud era bueno, mientras que el 23,8% de la población encuestada perteneciente a este grupo consideraba que su estado de salud era excelente.”

Sin embargo, lo que más preocupa o, mejor dicho, lo más relevante, es observar el poco interés que se tiene sobre la temática. Primero, los estudios que se pueden encontrar son de 2015 y, uno en particular, sobre la salud mental en pandemia, es de 2021, lo que evidencia que se tienen pocos estudios poco recientes al respecto. Incluso, al preguntar a programas como Medellín Cómo Vamos sobre este tema, reconocen que apenas van a incluir esta temática dentro de sus estudios. Lo segundo, es que en las campañas políticas que se tuvieron el año pasado, el tema de salud mental pasó prácticamente desapercibido. Las elecciones se caracterizaron por dejar de lado este tema. Por lo tanto, es importante

preguntarnos: ¿qué estamos haciendo en materia de salud mental?

En primer lugar, es una realidad que este tema depende en gran medida de lo que cada uno de nosotros haga en esta materia; sin embargo, en la mayoría de los casos es indispensable un acompañamiento de expertos que otorguen herramientas para aquellos que tienen deficiencias en su salud mental y, además, darnos herramientas para que, como ciudadanos, podamos cuidar a las personas que nos rodean y detectar mensajes de alerta.

En segundo lugar, y en particular en el caso de Medellín, hace unos años empezó a funcionar unos espacios denominados Escuchaderos, espacios gratuitos de atención psicológica ubicados en diferentes puntos de la ciudad. Al indagar por cifras sobre el impacto de éstos, de manera informal me indican que el año pasado atendieron 20.000 personas y, por otro lado, me manifestaron que estos lugares estaban en total abandono.

Independientemente de la realidad, es importante indagar un poco más sobre cuál fue el impacto real sobre las personas atendidas, qué seguimiento se le hace después de que el paciente se acerca a estos puntos en busca de ayuda y qué acciones se implementan a continuación. Estas y otras preguntas son claves determinarlas con miras a entender el impacto real de los espacios. La tasa de suicidios en la ciudad de Medellín, según los datos reportados, nos ubican como una de las ciudades de mayor índice, claramente preocupante.

El año 2023 será un año electoral. Mi esperanza es que dentro del debate se ponga en consideración la salud mental como eje de la agenda. Este tema, bien gestionado, puede generar resultados positivos para todos los ciudadanos: se dinamiza la economía, los jóvenes vuelven a sus estudios, se impactan positivamente los ambientes laborales y la convivencia con los demás.

No espero que el candidato presente la solución a este asunto, pero sí que tenga clara la problemática. Como se dice en el mundo del emprendimiento: *“enamórate del problema, no de la solución”*. Por ende, quisiera un candidato que se enfoque considerablemente en encontrar

soluciones que sean consistentes, que no se abandonen y que se midan con indicadores de impacto real.

Lo más relevante es que nos enfoquemos, que seamos responsables, pero que también contemos con herramientas para ello. De ahí la importancia de solicitar a quienes liderarán el próximo año la ciudad, que creen iniciativas preventivas, que se junten con el sector privado y ataquen de fondo un problema silencioso pero letal que cada vez está más presente.

Para aquellos lectores que les interese este tema, les comparto algunos links:

https://www.minjusticia.gov.co/programas-co/ODC/Publicaciones/Publicaciones/CO031102015-salud_mental_tomol.pdf

<https://www.personeriamedellin.gov.co/index.php/listanoticias/46-boletines-y-comunicados-2022/589-aumentaron-los-casos-de-suicidios-en-personas-jovenes-en-medellin-en-2021>

<https://ascofapsi.org.co/pdf/Noticias/Estad%C3%ADstica%20de%20Salud%20mental%20en%20Colombia-%20pandemia%202021%20.pdf>

<https://www.medellin.gov.co/es/secretaria-de-salud/salud-mental/atencion-psicologica-gratuita-escuchaderos/>

Otros escritos de este autor: <https://noapto.co/daniel-restrepo-2/>