



CUIDADO AL CUIDADOR SALUD MENTAL

Leonardo García
Consultor Nacional Salud Mental

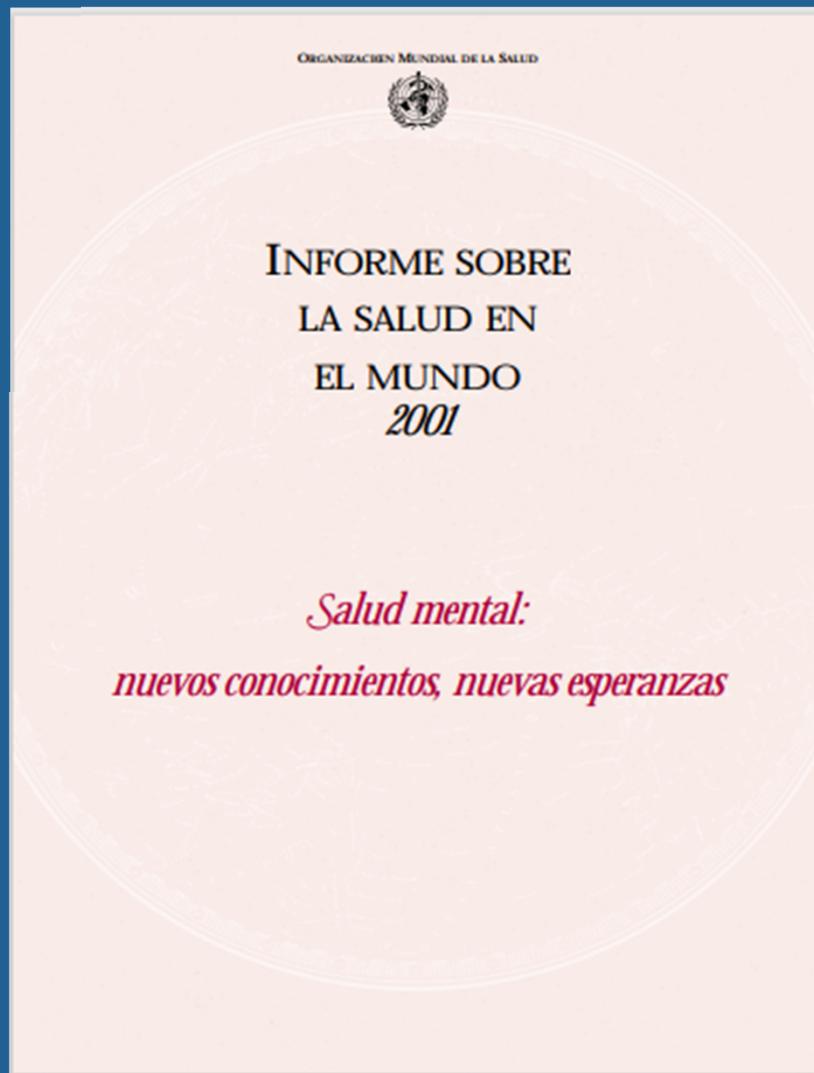
OPS



Organización
Panamericana
de la Salud



Organización
Mundial de la Salud
OFICINA REGIONAL PARA LAS Américas



Salud mental: sí a la atención, no a la exclusión.

Las recomendaciones de aquel siguen siendo válidas hoy en día

Se han logrado avances en 20 años.



Diapositiva 2

CM1

Cuenta Microsoft; 2/10/2022



Desigualdades sociales y económicas

Conflictos

Violencias

Emergencias en salud pública

Los factores de riesgo en salud mental siempre presentes



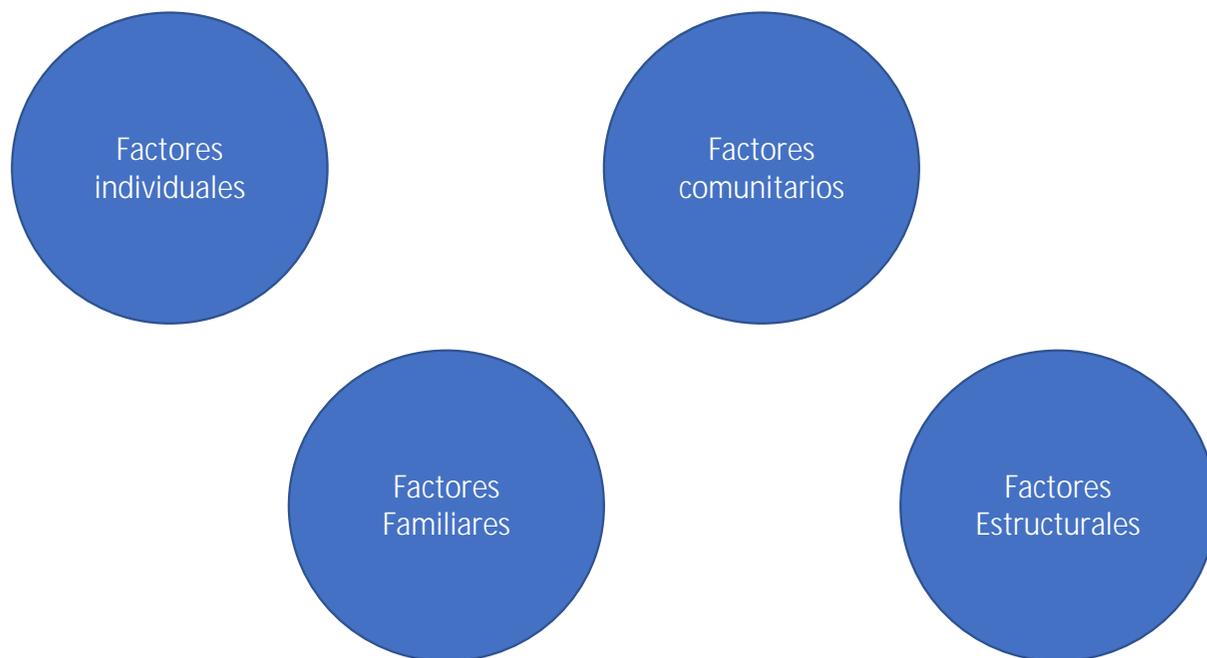
El informe mundial busca inspirar y fundamentar la indiscutible y urgente transformación que se necesita para garantizar una mejor salud mental

Instancias decisorias del sector salud

La salud mental existe en un proceso continuo, con experiencias que abarcan un estado óptimo de bienestar y estados de gran sufrimiento y dolor emocional

Principios y elementos impulsores de la salud mental en el ámbito de la salud pública

Los factores se combinan y protegen o socavan nuestra salud mental

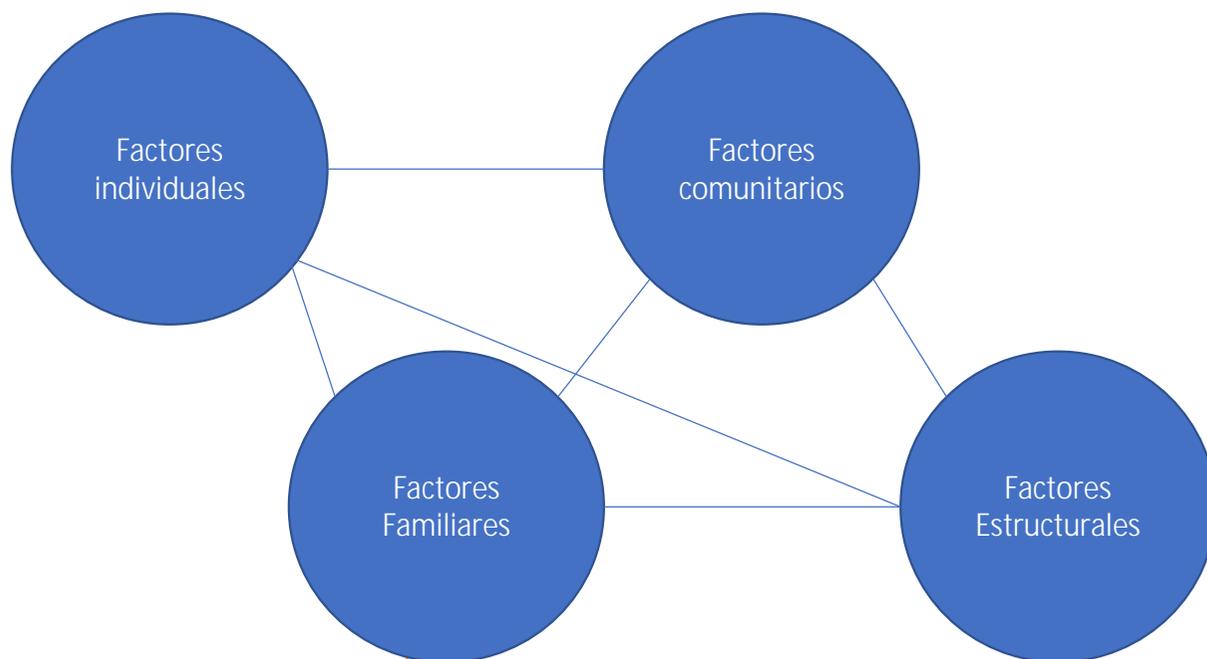


Los riesgos se pueden manifestar en cualquier momento de la vida, pero en la primera infancia pueden ser mas perjudicales.

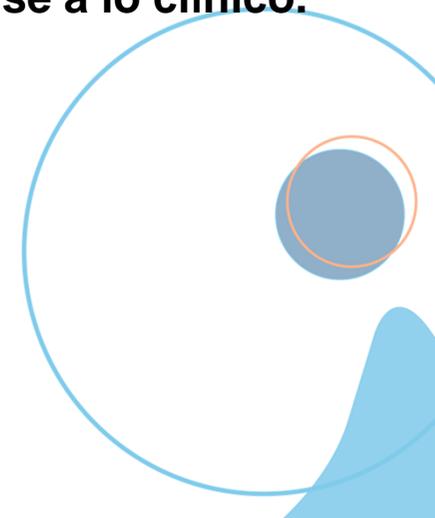
Las personas expuestas a factores estructurales desfavorables corren mayor riesgo de presentar problemas de salud mental.

Los factores protectores también aparecen a lo largo de la vida y fortalecen la resiliencia.

Los factores son multisectoriales y se inter relacionan

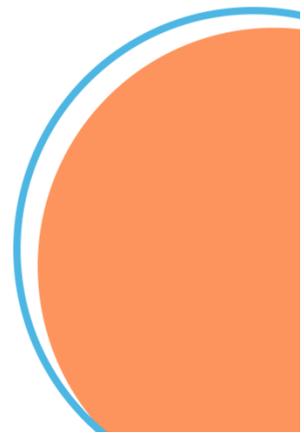
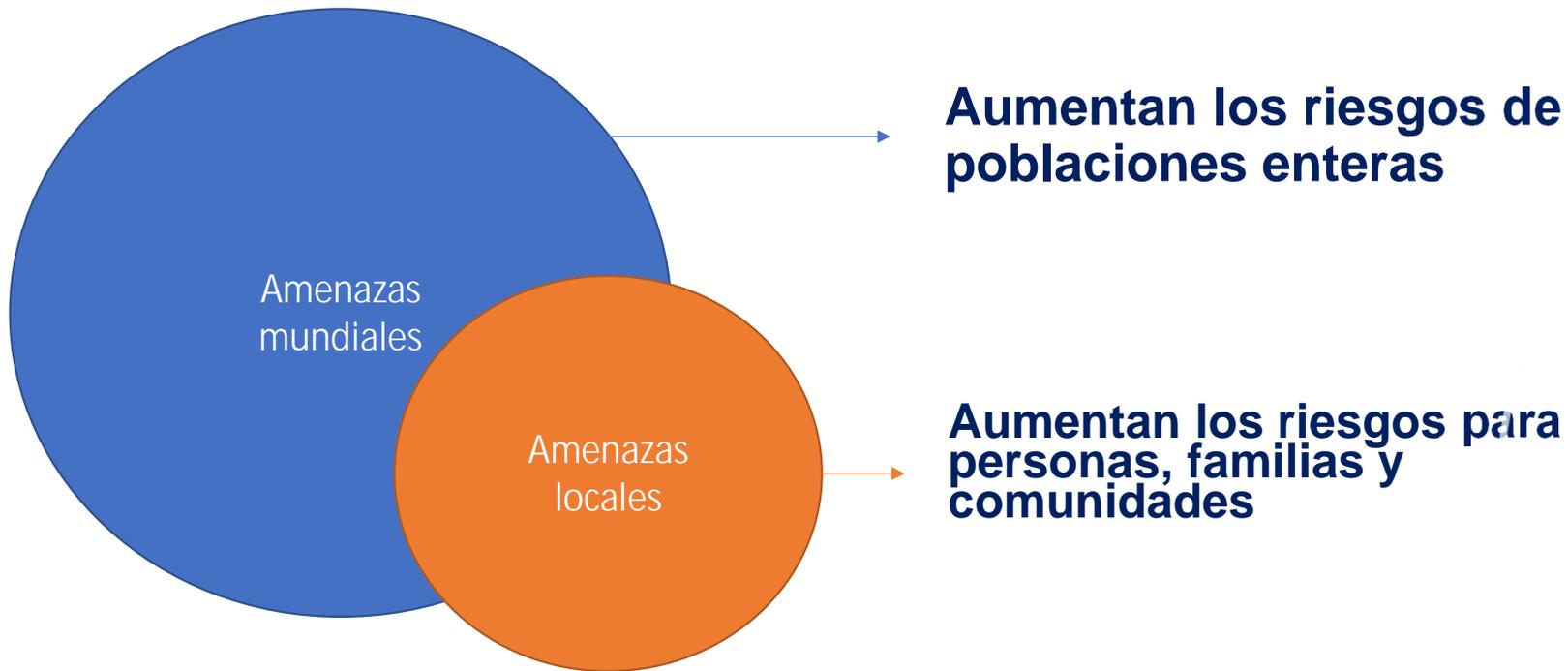


Si los Factores son intersectoriales, las acciones orientadas a promover, proteger y atender la salud mental, también deben llevarse en múltiples sectores, y no limitarse a lo clínico.





Los factores se encuentran en multiples escalas.















Las necesidades en material de salud mental son considerables, pero las respuestas son insuficientes e inadecuadas

La Salud Mental en el mundo actual

1 de cada 8

Sufren de algún trastorno de salud mental

1 de cada 200.000

Presenta esquizofrenia. Las personas con esquizofrenia viven 10 a 20 años menos

Los más prevalentes

Ansiedad y depresión

Menos del 2%

del presupuesto va dirigido a la atención de la salud mental

700.000 Seres humanos

Se suicidan cada año. Es una de las principales causas en los jóvenes

Un psiquiatra

Por cada 200.000 habitantes

Principal causa

Años perdidos por discapacidad en el mundo
1 de cada 6 casos

Baja cobertura

La mayoría de personas no reciben atención. Tampoco se consulta

A person is sitting on a wooden bench, looking distressed, with their hand on their head. The scene is set against a bright, hazy background, possibly a sunset or sunrise. The text is overlaid on the right side of the image.

**A menudo las
personas optan por
sufrir un malestar
que arriesgarse a la
discriminación y al
estigma que conlleva
a los servicios de
salud mental**



Beneficios del cambio

El compromiso con la salud mental es una inversión para una vida y un futuro mejor para todas y todos.

Salud Pública

Se reduce el sufrimiento, mejora la salud, la calidad de vida y la esperanza de las personas.

Derechos humanos

Reducir la exclusión de las personas con problemas de salud mental y puedan ejercer sus derechos fundamentales.

Reducir la estigmatización y la discriminación en la comunidad

Desarrollo socioeconómico

La salud mental potencia la productividad, favorece relaciones sociales y reduce los ciclos de pobreza.

La transformación en salud mental empieza por sentar las bases de unos sistemas y servicios de salud mental que funcionen bien

**Fundamentos
para el cambio**

Gobernanza y liderazgo

Proporcionar contextos propicios para la transformación

Las leyes y políticas destinadas a mejorar la salud mental aborden todos los sectores.

Financiación

Mayor destinación de los fondos a la salud mental (Recursos adicionales, financiadores externos, redistribución en los fondos de salud o general de la administración).

Competencias para la atención de la SM

Reforzar las competencias en material de salud mental: principalmente atención en el primer nivel de atención. .

Cuidado al cuidador

Debemos promover factores protectores de la salud mental en los cuidadores de la salud.

Diapositiva 20

CM1

Cuenta Microsoft; 2/10/2022



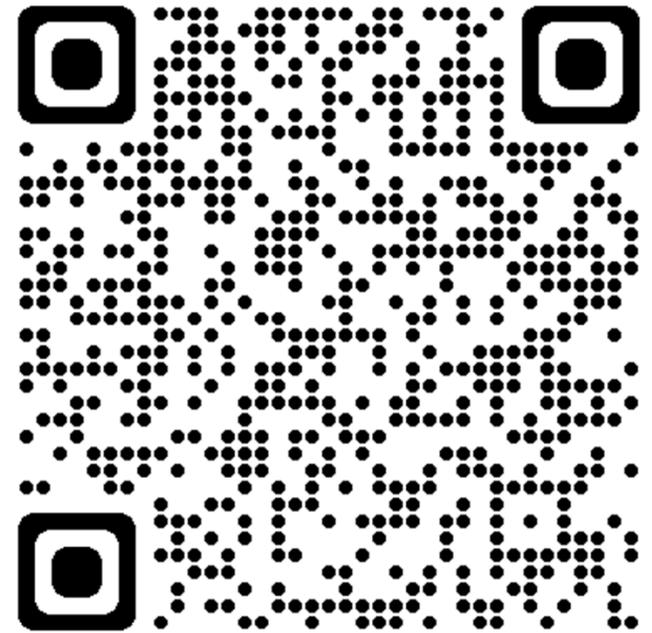
Promoción y prevención para el cambio en salud mental

En todas las etapas de la vida la promoción y la prevención son necesarias para mejorar el bienestar mental



CAJA DE HERRAMIENTAS

Para intervenciones en salud mental y apoyo psicosocial a flujos mixtos migratorios.



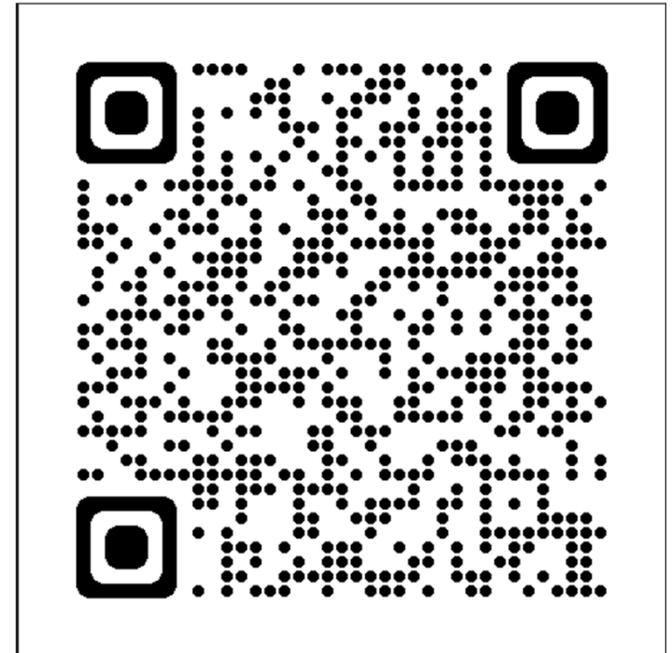
Cuidado de la salud mental en los equipos de respuesta

Acciones permanentes de formación y generación de capacidades en el talento humano, así como para el cuidado, autocuidado y protección del personal que trabaja en la atención a migrantes. Los profesionales que brindan servicios asistenciales en situaciones de crisis humanitarias tienen alto riesgo de afectarse emocionalmente.



BVS COLOMBIA

**BIBLIOTECA VIRTUAL EN SALUD
DE COLOMBIA**





AUTOCUIDADO PARA PERSONAL EN PRIMERA LÍNEA DE RESPUESTA EN EMERGENCIAS

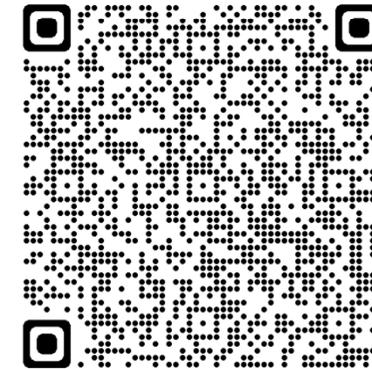
Autocuidado para personal en primera línea de respuesta en emergencias

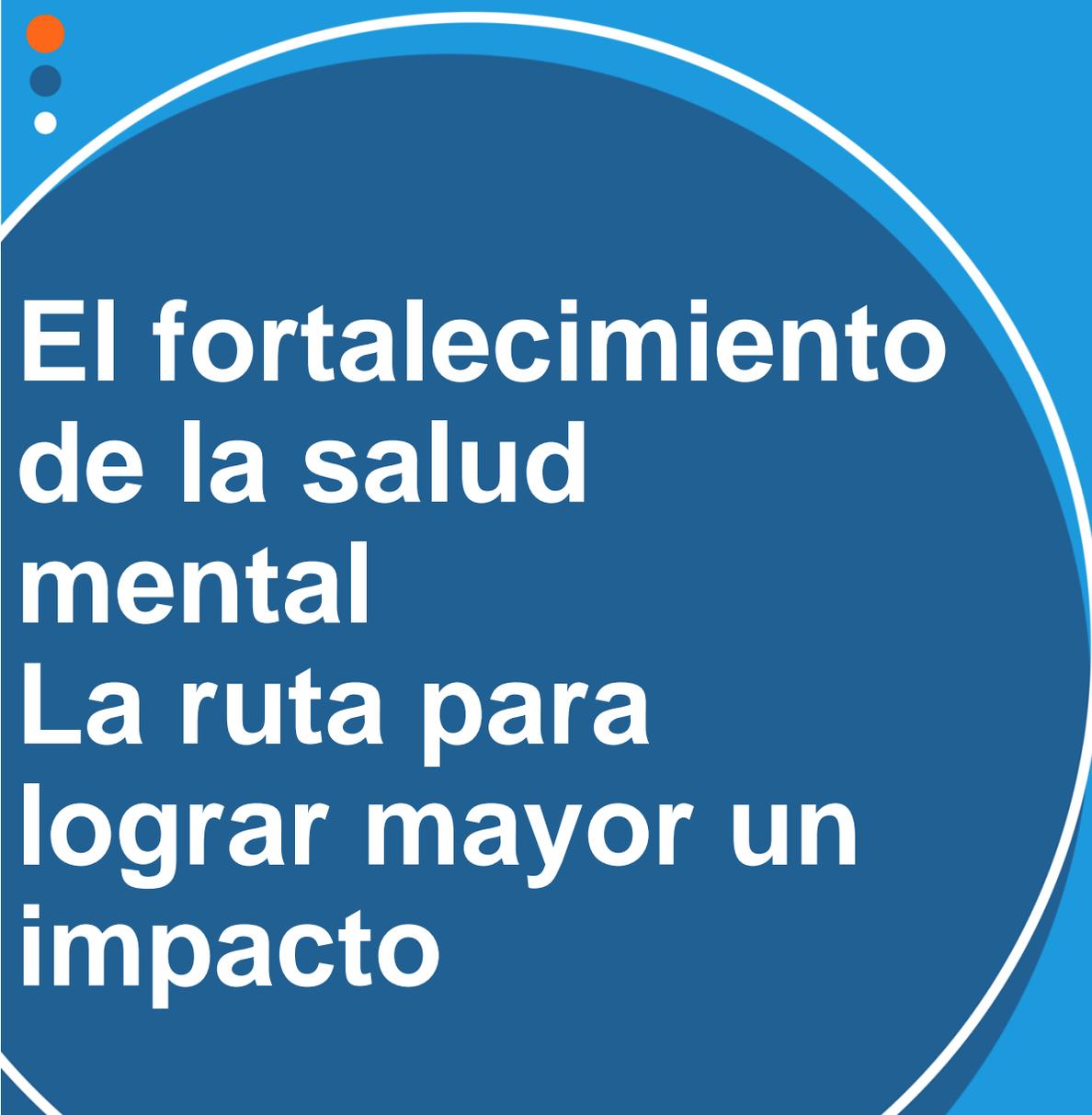
Introducción al curso

Las situaciones críticas, como las emergencias y los desastres, son eventos inesperados, impensables, potencialmente generadores de traumas, donde los recursos de afrontamiento que poseen las personas y las comunidades suelen resultar insuficientes y se tornan necesarios apoyos externos. Los equipos que intervienen en la respuesta también resultan afectados y constituyen una población de riesgo por el gran nivel de exposición, debido a sus tareas esenciales

Finalidad

El Objetivo General del curso es brindar conocimiento y estrategias para la identificación y el manejo del estrés asociado al entorno laboral y aportar recursos y prácticas para el autocuidado del personal en primera línea de respuesta en emergencias.





El fortalecimiento de la salud mental La ruta para lograr mayor un impacto

Transformar la salud
mental significa aumentar
el bienestar, para
promover el bien colateral



OPS 120
ANIVERSARIO

Gracias

*La Salud Mental es de vital
importancia para todos en todas
partes*



OPS



Organización
Panamericana
de la Salud



Organización
Mundial de la Salud
OFICINA REGIONAL PARA LAS Américas