



Guía de apoyo para presentar el Examen Extraordinario de: "Salud mental"

Con el propósito de que te prepares para presentar tu Examen Extraordinario en línea de la asignatura de **Salud Mental** de la *Licenciatura en Enfermería a Distancia*, se ha preparado esta guía que te ayudará para que puedas lograr la acreditación de la misma.

Esta guía se conformó principalmente con la sección "Lo que debes de recordar", del material de estudio de las unidades de la asignatura, la cual también contiene título de la unidad, objetivo y temario general.

Recuerda acudir al material de estudio de la asignatura en la que estuviste inscrito(a), los cuales se colocaron en formatos descargables para el mejor estudio de los contenidos y que tuviste a tu disposición a lo largo de ese semestre.

SALUD MENTAL

Introducción

El programa de Salud Mental propone trabajar el campo de la salud mental desde el nivel preventivo e intervencionista en los propios ambientes de las personas con déficit y niveles de riesgo alto.

Esta asignatura te ofrece el abordaje de los elementos significativos acerca de la transformación conceptual que ha caracterizado al movimiento de reforma en la salud mental y psiquiatría, así como las implicaciones de dichas transformaciones en los servicios de salud. Esto dará el contexto general para introducirse en el estudio de las condiciones sociales, económicas, culturales y biológicas que inciden en el mantenimiento de la salud mental y los propios de la persona.

Con estos elementos, podrás analizar el cuidado en la salud mental desde los derechos humanos, los fundamentos legales y la ética que te permita reconocer el rol profesional del profesional de enfermería en este campo. De igual forma revisarás el desarrollo de la persona, las familias y los grupos, considerando las relaciones que le subyacen y la construcción de éstas como un producto social capaz de generar sufrimiento mental, emocional y psíquico en las diferentes etapas del ciclo vital humano.

Como cierre de la asignatura revisarás también las intervenciones del cuidado holísticas tomando en cuenta conceptos como promoción, prevención y rehabilitación de la persona con sufrimiento psíquico.

Objetivo general de la asignatura:

Al finalizar la asignatura, evaluarás el contexto sociodemográfico, epidemiológico y cultural de la salud mental, que te permitan intervenir con las personas que presentan sufrimiento emocional, a través del desarrollo de habilidades para el cuidado y el uso de los recursos para la salud mental y la rehabilitación psicosocial.



UNIDAD 1. CONTEXTO SOCIO-HISTÓRICO DE LA SALUD MENTAL: TRANSFORMACIÓN Y SITUACIÓN ACTUAL

Objetivos de la unidad:

Analizar el proceso de transformación de la atención en salud mental a partir del inicio de los movimientos de reforma psiquiátrica hasta el momento actual.

Discriminar los determinantes sociales, políticos, culturales y de economía de mercado del sistema de salud y la atención de las personas, en el contexto de la salud mental, así como sus consecuencias.

Temas:

1. Reflexiones en torno a la salud, la cultura y la salud mental
2. Panorama histórico: una visión desde la Reforma Psiquiátrica
3. Posmodernidad y salud mental
4. La era del vacío y la salud mental
5. Psiquiatría y salud mental

Lo que debes recordar

- Desde el siglo XIX hasta nuestros días, el mundo ha tenido una atención psiquiátrica asilar, inquisidora, invasiva y deshumanizada. En las últimas décadas, ha habido un proceso de transformación que se hace visible en el siglo XXI donde se han elaborado leyes, normas, técnicas y principios relacionados con los derechos humanos, con los niveles de atención diferenciados fundamentalmente con énfasis comunitario, estrategias de atención multidisciplinarias, atención a poblaciones de alta vulnerabilidad mediante compromisos firmados por los países miembros de la OMS.
- Por otra parte, en Latinoamérica la enfermería ha realizado investigaciones en función de ampliar el concepto de “cuidado en salud mental”, con un enfoque sociosanitario —a la par que otros profesionales lo están haciendo—, y que integra aspectos políticos, sociales y culturales.

UNIDAD 2. DIMENSIONES DE LA SALUD MENTAL Y SU IMPACTO EN LOS NIVELES DE PREVENCIÓN

Objetivo de la unidad:

Analizar las dimensiones de la salud mental, que permitan fundamentar estrategias de cuidado en los niveles de promoción de la salud mental, durante el tratamiento y la rehabilitación de las personas con sufrimiento emocional y sufrimiento psíquico, en diferentes escenarios de la práctica enfermera, a nivel individual y grupal.

Temas:

1. Análisis de conceptos: cualitativo, etiológico, político, científico y epistemológico de la salud mental
2. Promoción de la salud mental: factores protectores y factores de riesgo
3. Modelos de atención para el tratamiento de las desviaciones de la salud mental
4. Rehabilitación psicosocial: educación familiar, trabajo, remotivación



Lo que debes recordar

- El análisis conceptual de la salud mental en sus dimensiones cualitativa, etiológica, política, y científica-epistemológica, permite que la atención de enfermería en salud mental, se comprenda como el conjunto de intervenciones interpersonales, educativas, asistenciales, terapéuticas e institucionales que se realizan para la promoción, protección y recuperación de la salud y de inclusión social de las personas y los grupos; por lo tanto, las enfermeras deben participar con el equipo de salud y otros representantes sociales, en el rescate y afirmación de la identidad, la integralidad, las potencialidades, los derechos humanos y civiles de las personas y los grupos.
- La promoción de la salud mental, no es un proceso de solución fácil; requiere de la participación del equipo de salud, a través del análisis de los factores de riesgo que tienen influencia potencial en el desarrollo de problemas de salud mental; y de los factores protectores que influyen favorablemente en la salud mental de la persona, familia y comunidad, a través del enfoque participativo de resiliencia, del enfoque de cambio, que redefine el rol de los implicados; es decir, del control de las personas y colectividades sobre sus propias vidas, en su rol interno; y del equipo de salud en su rol de agente externo, como facilitador o capacitador que contribuye a mejorar la calidad de vida de los ciudadanos y de la comunidad, papel que conlleva una metodología de intervención y un nuevo tipo de relaciones; desde la perspectiva de que el cambio social no se puede realizar desde el exterior aunque sí puede fomentarse y apoyarse.
- Los modelos de atención de la salud mental incluyen no sólo la intervención de las graves desviaciones de la salud mental —como esquizofrenias, trastornos bipolares, demencias, alcoholismo, depresión—, que determinan el sufrimiento psíquico; sino también desviaciones de la salud mental que puede presentar un ser humano a lo largo de su vida ansiedad, angustias, obsesiones y rituales, y diversos malestares que alteran el equilibrio psíquico y social, provocando sufrimiento emocional; y como respuesta a la necesidad de crear proyectos con nuevos y eficientes modelos de atención en salud mental que enfatiza la Reestructuración del Sistema de Servicios de Psiquiatría y Salud Mental en el país surge el Modelo Hidalgo de Atención en Salud Mental; cuenta con un enfoque integral desde la atención preventiva en el primer nivel, la hospitalización y hasta la reintegración social. Los trastornos mentales y conductuales requieren para su manejo una combinación equilibrada de tres componentes fundamentales como son: farmacoterapia, psicoterapia y rehabilitación psicosocial.
- El enfoque integral de la rehabilitación psicosocial, permite aseverar que todas las personas con sufrimiento psíquico de larga evolución, olvidados y siempre marginados en todas partes del mundo, son, en algún grado, rehabilitables, independientemente de la severidad de su afección, siempre que sus condiciones psicofisiológicas lo permiten. El avance del proceso rehabilitatorio depende, en gran medida, del establecimiento y mantenimiento de relaciones interpersonales positivas entre los integrantes del equipo de salud, el paciente y sus familiares, dentro y fuera del contexto de las actividades del programa de rehabilitación, con un nuevo propósito, el de rehabilitarlos y devolverlos al medio social de procedencia con una nueva y luminosa vida, en un ambiente donde serán acogidos con amor y el cariño.



UNIDAD 3. EL ESTADO Y LAS POLÍTICAS DE SALUD MENTAL

Objetivos de la unidad:

Analizar las políticas y normas que regulan la atención de la salud mental en México, con la intención de valorar las posibilidades y limitaciones de la reforma psiquiátrica y los retos que ésta genera a la enfermería profesional.

Temas:

1. Normatividad y Derechos Humanos
2. Principios que guían el fortalecimiento de la salud mental
3. Bases para el movimiento de transformación
4. Programas con enfoque sociosanitario de la salud mental
5. Norma oficial mexicana para la salud mental
6. Programa de salud mental en México y la función del estado benefactor y regulador

Lo que debes recordar

- La salud mental depende de múltiples factores, entre ellos las condiciones sociales, económicas, históricas y culturales que prevalecen. Su estudio y tratamiento se hace desde el modelo socio-crítico de la salud y la enfermedad.
- La alta prevalencia de los trastornos mentales y de problemas de salud asociados a la salud mental en el mundo en general y en México en particular, ha despertado un gran interés en los gobiernos responsables de atender la salud para contrarrestar esta problemática.
- Organismos internacionales como la OMS y OPS emiten recomendaciones a los países miembros para diseñar e instrumentar sus propios programas, de manera que respondan de manera precisa a sus necesidades e idiosincrasia. En este sentido, para los trastornos mentales, se propone una Reforma Psiquiátrica que desmanicomialice al enfermo para trasladarlo a su comunidad, donde recibirá un tratamiento integral, es decir, además de los medicamentos que requiera, una rehabilitación psicosocial, tendiente a recuperar en la mayor medida posible su independencia. Cabe mencionar que dicha Reforma tendrá un enfoque de Derechos Humanos.
- Una forma de garantizar la aplicación de las recomendaciones emitidas a los países miembros es a través del dictado de leyes y normas de protección a los usuarios de los servicios de salud, tal es el caso de la NOOM 0025 de la salud mental.
- El Programa de Acción Específico 2007-2012 Atención en Salud Mental recupera en sus planes gran parte de las recomendaciones emitidas, sin embargo tendremos que esperar para valorar los resultados de su puesta en práctica, debido a que si bien la atención de la salud mental en México es un asunto que se ha atendido, no ha logrado satisfacer la demanda ni las necesidades de la población. Para ello será necesario trabajar arduamente para modificar la concepción que se tiene sobre la salud mental, de manera que permita la desestigmatización de la enfermedad mental, tanto en el personal de salud que la atiende, como en la sociedad en general, para posibilitar una verdadera reinserción social de las personas que la padecen.



- Resulta indispensable contar con un marco jurídico legal que garantice que los servicios de salud brinden cobertura para el diagnóstico y tratamientos requeridos por todas aquellas personas que lo requieran, indistintamente de ser o no derechohabientes de alguna institución en particular.

UNIDAD 4. PROBLEMÁTICA SOCIAL DE LA SALUD MENTAL EN MÉXICO

Objetivos de la unidad:

Analizar la enfermedad mental derivada de la problemática social, empleando como herramienta la comprensión del modelo multicausal.

Temas:

1. Multicausalidad. Aspectos sociales relacionados con la salud mental
2. Etapas del ciclo vital de la familia y comunicación paradójica
3. Familia multiproblemática
4. Génesis y magnitud de la violencia
5. Adicciones

Lo que debes recordar

- La salud mental y las enfermedades mentales están determinadas por diversos factores de interacción social, psicológica y biológica.
- El modelo de multicausalidad postula que para la producción de un efecto (enfermedad) se requiere la presencia de varios factores. Este modelo puede explicar problemas de salud mental.
- Las familias igual que las personas pueden ser evaluadas de acuerdo a su salud mental. Una buena salud mental familiar tiene relación con el funcionamiento o funcionalidad de la familia.
- El ciclo vital de la familia son los diferentes "momentos" por los cuales van atravesando todos los miembros de la familia, quienes comparten una historia común.
- Una crisis vital de la familia está relacionada con un momento en la vida, en proceso de desarrollo; en los que lo que venía siendo, cambia y exige una adaptación.
- Cada etapa por la que pasa la familia tiene un conflicto central qué resolver y una tarea que lograr
- La OMS (1996) define a la violencia como: "el uso intencional de la fuerza o el poder físico, de hecho o como amenaza, contra uno mismo, otra persona o un grupo o comunidad, que cause o tenga muchas probabilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastornos del desarrollo o privaciones."
- La OMS clasifica la violencia en tres categorías generales, según las características de los que la perpetran: violencia autoinflingida, interpersonal y colectiva.



UNIDAD 5. DESARROLLO HUMANO Y SALUD MENTAL

Objetivos de la unidad:

Analizar el desarrollo de la persona y los grupos con el fin de incrementar éste y la calidad de vida, considerando los procesos que permiten la construcción de la ciudadanía, así como el empoderamiento, las relaciones de poder, la visión de género y su impacto en la salud mental.

Identificar el trasfondo socio-político para la planeación de tus intervenciones en el nivel de promoción y prevención en salud mental.

Temas:

1. El desarrollo humano individual y de grupos
2. Calidad de vida y desarrollo humano (PNUD)
3. Empoderamiento como proceso de construcción de ciudadanía
4. El poder de la persona. Motivación social
5. El género y la salud mental
6. Empoderamiento vs relaciones de poder

Lo que debes recordar

- El desarrollo humano, individual y de grupos, es considerado como la ampliación de las capacidades de las personas y no sólo el incremento del bienestar económico; está basado en factores como salud, educación, cultura y seguridad social, además de la libertad, el empoderamiento y la construcción de ciudadanía; está determinado por múltiples factores que requieren la participación voluntaria de las personas que trabajan en múltiples áreas, no sólo de la salud, para mejorar su calidad de vida. El concepto de desarrollo humano es holístico, tiene sus orígenes alrededor de la década de los noventa; en el Informe de Desarrollo Humano del Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD), (2002), se enfatiza que el propósito del desarrollo humano está resumido en su eslogan: “Desarrollo de los seres humanos, para los seres humanos, por los seres humanos”.
- La calidad de vida es un estado de satisfacción general, derivado de la realización de las potencialidades de la persona. Posee aspectos subjetivos y aspectos objetivos. Es una sensación subjetiva de bienestar físico, psicológico y social. Incluye como aspectos subjetivos la intimidad, la expresión emocional, la seguridad percibida, la productividad personal y la salud objetiva. Como aspectos objetivos, el bienestar material, las relaciones armónicas con el ambiente físico y social y con la comunidad, y la salud objetivamente percibida. En la Declaración de Medellín, Colombia (1999), se considera que la mejora en la calidad de vida requiere del compromiso de los actores del desarrollo además de acciones multisectoriales e interinstitucionales cuyo objetivo es que los seres humanos alcancen su derecho a ser cada vez más saludables y a tener mejor calidad de vida en el siglo XXI.
- El empoderamiento y la construcción de ciudadanía es un proceso educativo que inicia en la infancia y que es pertinente promover en los grupos vulnerables: mujeres, indígenas, niños, con el



fin de lograr una distribución más equitativa de los bienes que impacte en su calidad de vida. Una persona empoderada muestra: habilidad para tomar conciencia de las desventajas; motivación y clara percepción de los beneficios personales y sociales que conllevan el superar esas desventajas; además la voluntad y decisión para decidir e intervenir proactivamente a favor de sus intereses o los de su familia o su comunidad. Son indispensables para lograr el empoderamiento de las persona, el que éstas tengan acceso a la información, la inclusión la participación informada para la toma de decisiones, acceso a servicios como la salud, educación, vivienda, recreación, valoración y reconocimiento de su cultura, por otro lado, son indicadores de falta de empoderamiento en salud la malnutrición, la violencia familiar y sexual, la carencia de salud sexual o reproductiva y de salud mental.

- El poder es una construcción social y es generalmente utilizado para obtener la subordinación; para el logro de la participación de la persona y de la comunidad es necesario, si no indispensable, que la persona reflexione acerca de las implicaciones del poder en el nivel personal, familiar y comunitario para modificar sus creencias al respecto y tomar las decisiones pertinentes para vivir el proceso de empoderamiento, los elementos básicos de este proceso son: organización centrada en la persona, liderazgo compartido y comunicación eficaz. Para que la persona o la comunidad promuevan y logren su empoderamiento, la motivación es indispensable y se puede considerar desde dos puntos de vista: la motivación interna que implica un compromiso personal de los involucrados y la externa que son los incentivos que reciben las personas para continuar adelante con la tarea; la motivación, como la palabra lo indica, mueve a la persona a buscar obtener el control de su vida y un mayor poder en la toma de decisiones que le competen con miras a lograr una mejor calidad de vida.
- En el campo de la salud, la igualdad de género significa que las mujeres y los hombres disfruten de las mismas oportunidades para mantener su salud, contribuir al desarrollo de la salud colectiva, y beneficiarse de éste. El sentimiento de falta de control y poder sobre las decisiones que afectan la propia vida se considera un factor de riesgo para la salud mental, en consecuencia un factor protector de ésta es trabajar por lograr la equidad de género y el empoderamiento de las mujeres.
- En México entre los factores considerados de vulnerabilidad para los trastornos mentales se encuentran: la pobreza, el bajo nivel educativo, el desempleo, la violencia y el abuso, aunado a la correspondiente elevada tasa de estrés postraumático la condición de calle, las discapacidades y la condición de mujer trabajadora, debido al doble rol que desempeña, la condición y rango social bajo o subordinado y la continua responsabilidad del cuidado de otros, lo que ocasiona una sobrecarga física y emocional.
- En toda relación humana, que implica necesariamente, al menos a dos personas; en cualquier grupo de personas, y entre un grupo y toda la sociedad existe una serie diversa de relaciones de poder. El “poder sustentable”, nueva noción de poder, basado en relaciones sociales más democráticas y en el impulso del poder compartido, de acuerdo con Batliwaia, (s/f), Magdalena León, (1997), infiere que este poder es uno en el que las relaciones entre hombres y mujeres permiten integrar lo micro y lo macro, lo privado y lo público, lo productivo y lo reproductivo, lo local y lo global. El empoderamiento es un proceso subjetivo a través del cual las personas desarrollan las fortalezas y las destrezas que les permiten actuar en pos del bien personal o colectivo; por otro lado, las relaciones de poder están relacionadas con la jerarquía, es decir, con la cantidad de poder de cada uno de los integrantes de una organización. Magdalena León, (1997),



menciona que “el empoderamiento de las mujeres libera y empodera a los hombres en lo material y lo psicológico, ya que la mujer logra acceder a recursos materiales en beneficio de la familia y la comunidad, y entran a compartir responsabilidades, y también debido a que se permiten nuevas experiencias emocionales para los hombres y lo libera de estereotipos de género. En suma, el empoderamiento de las mujeres en las relaciones cercanas implica no sólo cambio de los comportamientos y experiencias de ellas, sino de su pareja y de los otros.”