

# La Salud Mental como parte de la Naturaleza humana



**Nancy Espinosa Díaz, directora del Magister en Salud Mental Infanto Juvenil de la Universidad Católica del Maule.**

**E**l Magister en Salud Mental Infanto Juvenil UCM es un programa de formación profesional avanzado que fomenta la comprensión de la salud mental como parte de la naturaleza humana, en este sentido, visualiza al individuo tanto en sus ámbitos físico, psíquico y social-contextual, siendo así la salud mental algo dinámico y cambiante, por consiguiente, no estático ni logrado para siempre.

Esta concepción tiene muchas complejidades visibles: primero la naturaleza humana nos brinda un período largo de inmadurez cerebral, ya que nacemos con un cerebro que demora 20 años en alcanzar su madurez, y en esta etapa es donde ocurren los principales hitos transicionales biológicos, psicológicos y sociales, por lo que intervenir en este período en términos de prevención y promoción de salud mental, es fundamental, ya que no sólo el contexto de desarrollo es cambiante, sino también el sujeto cambia cuantitativa y cualitativamente en la medida que crece.

En este sentido la persona requiere ser abordada como un todo, lo que sin duda desafía al profesional de la salud mental a mirar más allá de lo evidente,

requiere la formación del trabajo multidisciplinar, es decir, que sepamos trabajar con otros profesionales, permitiendo lograr integrar sus perspectivas, lo que sin duda marcará una diferencia fundamental para lograr comprender e intervenir en un contexto que además cambia constantemente.

También requiere visibilizar la salud mental como un estado que también puede cambiar, ya que una vez que tenemos una buena salud mental no es sinónimo de mantenerse en ese estado para siempre, por lo tanto, es algo en lo que hay que trabajar, es decir, requiere intervenciones preventivas y promocionales, que permita a las personas minimizar los riesgos de transitar por estados graves de salud mental, reconociendo los factores de riesgo y protectores asociados tanto al contexto como a las variables personales.



Este alcance, de salud mental como parte de la naturaleza humana establece algo más que la incorporación de nuevos conocimientos, es más bien una forma de comprender al ser humano como capaz de adaptarse a este mundo cambiante e inesperado. En este sentido, la salud mental es validada, respaldada y significada en un espacio vincular relacional del cual el magister no sólo reconoce, sino que se hace cargo en su formación. ●



**ESCANEA EL QR O  
ENCUENTRA MÁS INFO EN  
PORTAL.UCM.CL/NOMASINCENDIOS**

Campaña realizada por  
**Ingeniería en Recursos Naturales**

**OJOS  
PARA EL  
MAULE**

**INFÓRMATE/PREVIENE/ORGANÍZATE**