
La salud mental como prioridad

Un panel de expertos advirtió este martes que América Latina enfrenta una crisis de salud mental, y planteó, durante un foro organizado por la Agencia EFE, distintas estrategias para hacerle frente.

El presidente de la Asociación Colombiana de Salud Pública, Juan Eduardo Guerrero; la psicóloga clínica colombiana María Paula Aguilera Jiménez; y Flavia Gal, presidenta de la Fundación Círculo Polar de Chile, analizaron la situación en la región en materia de salud mental, con especial hincapié en distintos abordajes educativos, sociales y médicos, para revertir una crisis que, consideran, tiene múltiples aristas.

Los expertos abordaron también las dificultades en materia de salud mental causadas por la creciente polarización social en las sociedades de la región, así como el desafío que presentan las desigualdades tanto entre los distintos países como en su interior.

Los tres coincidieron en la necesidad de aumentar la inversión y promover políticas públicas para hacer frente a esta crisis, y destacaron en varias ocasiones la necesidad urgente de eliminar los estigmas que aún existen en la región en torno a esta problemática.

Este 10 de octubre, la Organización Mundial de la Salud (OMS) conmemora el Día Mundial de la Salud Mental, que en esta ocasión se centrará en la importancia del bienestar mental en el ámbito laboral. Las organizaciones están reconociendo cada vez más que un entorno de trabajo saludable es clave para prevenir problemas como el estrés, la depresión y la ansiedad, que afectan la productividad y el bienestar de las personas.

En Chile, las cifras preocupan. Según un estudio de Pluxee Chile, alrededor de un 53% de los trabajadores experimentan estrés laboral, trasladando ese estrés a sus hogares, lo que genera problemas de sueño y decaimiento, entre otras complicaciones. No es de extrañar entonces que entre los diagnósticos de licencias médicas en el país, los problemas de salud mental sigan estando a la cabeza, con más de un 30%.

Esta realidad no es ajena al resto del mundo, la OMS declara que los problemas de salud mental generan ausentismo, disminuyen la productividad y aumentan costos de atención médica. El principal problema radica en la falta de concienciación sobre la salud mental y en los estigmas que hay al hablar de estos trastornos.