

EDITORIAL

Crisis de salud mental

América Latina enfrenta una crisis de salud mental que requiere atención urgente, tal como se destacó en el reciente foro organizado por la Agencia EFE. En este encuentro, expertos en la materia, como Juan Eduardo Guerrero, presidente de la Asociación Colombiana de Salud Pública, y Flavia Gal, presidenta de la Fundación Círculo Polar de Chile, abordaron la complejidad de esta problemática y presentaron estrategias para hacerle frente.

La pandemia de COVID-19 ha agudizado una crisis ya existente, evidenciando las brechas en el acceso a servicios de salud mental en la región. Guerrero enfatizó la necesidad de mejorar la conciencia sobre la salud mental y de capacitar a profesionales de la salud y la educación para que puedan detectar y atender a quienes lo necesiten. Es fundamental que tanto familias como comunidades puedan dialogar abiertamente sobre este tema, alejándose del estigma que rodea a los trastornos mentales.

Flavia Gal propuso el concepto de "psicoeducación", que busca empoderar a pacientes y familiares, brindándoles conocimientos esenciales para enfrentar los desafíos de salud mental. La educación es una herramienta poderosa que puede dismantelar estigmas y mejorar la relación entre pacientes y profesionales de la salud. La forma en que se comunica sobre la salud mental tiene un impacto significativo; los medios de comunicación, por ejemplo, deben adoptar un lenguaje empático y validante para contribuir a un cambio cultural que favorezca la comprensión y

el apoyo.

Además, la psicóloga clínica María Paula Aguilera Jiménez advirtió sobre los retos que enfrentan los jóvenes en la actualidad, en un contexto marcado por la sobreinformación y la influencia de las redes sociales. Si bien estas plataformas pueden ofrecer acceso a información valiosa, también pueden propagar desinformación y contribuir a la polarización social, un fenómeno que agrava las dificultades de salud mental en la región.

La crisis de salud mental en América Latina no es un fenómeno aislado; está vinculada a desigualdades profundas y a la falta de inversión en políticas públicas que prioricen el bienestar emocional de la población. Los expertos coincidieron en que es necesario aumentar la inversión en salud mental y promover políticas inclusivas que aborden las distintas realidades de cada país y de sus comunidades.

En conclusión, la salud mental no debe seguir siendo un tema tabú en nuestra sociedad. Es imperativo que abordemos esta crisis desde un enfoque integral y participativo, que elimine los estigmas y promueva el bienestar emocional. La inversión en educación, la capacitación de profesionales y el diálogo abierto en comunidades son pasos esenciales hacia la construcción de un futuro más saludable y resiliente. América Latina tiene el potencial para enfrentar este desafío, pero se requiere un compromiso colectivo para transformar la salud mental en una prioridad en la agenda pública.