ALGO MÁS QUE PALABRAS

LA SALUD MENTAL EN EL MUNDO DE HOY

==========

Víctor Corcoba Herrero/ Escritor
corcoba@telefonica.net

==========

Coincidiendo con la fecha del diez de septiembre, como cada año, la Asociación Internacional para la Prevención del Suicidio (IASP) pretende dar a conocer que este trastorno se puede prevenir. Personalmente, estimo que siempre es saludable reflexionar y sensibilizar a la humanidad sobre el estado de la mente, que es la que nos hace libres o esclavos, felices o infelices, alegres o tristes. Son tantas las emociones, fruto de la búsqueda o curiosidad, que nuestro cerebro precisa de respuestas para poder procesar vivencias, realidades o pensamientos. Nos solidarizamos, pues, con mantener la atención a los enfermos mentales de manera prioritaria o preferente. A mi juicio, pienso que aún en el momento actual, tenemos mucho que compartir, mayormente en cuanto a los recursos de la inteligencia, del espíritu y del conocimiento científico. Algo tan justo, como una globalización del mundo de la salud en plena solidaridad, encuentra mil barreras. Sabemos que no hay fortaleza sin una buena salud mental, pero hacemos bien poco por convertirla en un verdadero bien común planetario. A veces, ni dentro de los mismos países funcionan los servicios de coordinación de los sectores sociales y de salud, a la luz de las violencias y violaciones masivas y de discriminación que sufren las personas con alteraciones mentales.

Evidentemente, no sólo tenemos que mantener la atención a estas personas con anormalidades en uno de los órganos más importante del cuerpo humano, también la salud mental puede verse afectada por una serie de factores socioeconómicos que además de abordarse, también deben de preverse. En consecuencia, resulta absurdo que en un momento en el que los trastornos mentales y de suicidio se han incrementado, se aminoren los recortes en la financiación de los servicios sociales y de salud, alegando motivos de crisis financiera. Mientras cada día son más los trastornos mentales relacionados con la marginalización y la exclusión, la violencia doméstica y el abuso, el envejecimiento poblacional, el exceso de trabajo y el estrés, especialmente en las mujeres, desde las instituciones se hace bien poco por dignificar a la persona que padece algún tipo de desorden. Salvaguardar la dignidad inviolable del enfermo mental es ir a la raíz misma de la atención y de su entorno. Se trata de hacer referencia a un sistema de valores equilibrado y estable, puesto que muchas de las perturbaciones mentales dependen de la relación del personal con el enfermo. En efecto, los seres humanos necesitamos siempre algo más que una simple pastilla o un tratamiento técnicamente correcto, también se precisa comprensión y una buena dosis de humanidad.

Al respecto, los objetivos principales del plan de acción de salud mental integral 2013-2020, resultado de amplias consultas mundiales y regionales en los últimos años, pone una mayor énfasis en los derechos humanos e introduce el concepto de recuperación, dirigiéndose a la creación de oportunidades, con el aval de la educación, vivienda y servicios sociales. Los estudios estadísticos nos recuerdan que una gran proporción de las personas que mueren por suicidio sufren de enfermedades mentales y, como tales, se podían haber impedido. Lo mismo sucede con el uso nocivo del alcohol y otras sustancias, que introducidas por cualquier vía son capaz de modificar conductas, comportamientos, juicios, percepción o estado de ánimo. No es buen presagio seguir deshumanizándonos, máxime cuando estos factores de riesgos son previsibles y, por ende, evitables. De ahí la urgencia de esta misión de progresar y de mantener una atención personal cualificada, en complementariedad con el tratamiento médico.

Sin duda, tenemos que mejorar las vida de las personas a través de un buen funcionamiento de los servicios de salud mental. No es de recibo descuidar el bienestar ciudadano. Tampoco pueden escatimarse recursos, en algo tan esencial como es la curación de las personas. Estudio científicos nos recuerdan que los trastornos mentales como la depresión figuran entre las veinte causas principales de discapacidad a nivel mundial, y aunque el costo económico de recuperación puede ser grande, más importante es contribuir a mejorar la salud mental de la población. La mala salud mental nos empobrece aún más, es fruto de mil desigualdades, de educaciones deficientes que debemos suplir. Hay una abrumadora concentración de enfermedades mentales en los grupos de ingresos más bajos. La marginación, con lo que supone de desesperación para el que la sufre, el desempleo, la inseguridad y la exclusión, están estrechamente ligadas a la aparición de determinados perturbaciones de la mente, tan en auge en los últimos tiempos, con la consecuencia terrible del suicidio.

En ocasiones, obviamos que la salud, entendida como un estado de completo bienestar físico, mental y social, es un derecho humano significativo. Por desgracia, son muchas las personas con sacudidas mentales que no reciben cuidado alguno. A pesar de que se ha tratado de mundializar la salud mental, puesto que se dan los desazones en todas las culturas y en todas las etapas de la vida, pienso que todavía no tenemos conciencia de integrar dicha enfermedad en la política social y de salud. Deberían activarse más programas educativos y de acción en este sentido. Para empezar, creo que tenemos que recuperar la sensibilidad humana hacia estas personas, y principalmente hacia los grupos desfavorecidos, que se encuentran en clara desventaja frente a otros colectivos más protegidos. Hoy, que conocemos mejor las causas de los desasosiegos mentales, deben servirnos para prevenir muchas muertes innecesarias, protegiendo a las personas en situación de desesperación o de riesgo, y apoyando a las familias y sus cuidadores.

Demos a este tipo de enfermedades la atención que se merece, que ha de ser mucha y especializada. Hemos roto con el silencio que rodeaba este tema, ahora es el momento de avanzar para producir un cambio social. No es fácil. Las políticas y las leyes de salud mental están ausentes o son insuficientes en la mayoría de los países del mundo y, sin embargo, son trascendentales para mejorar las condiciones de vida de las personas con anomalías mentales. Nos consta que muchas organizaciones trabajan por crear conciencia y defender los derechos de estas personas. Las Naciones Unidas han pasado, en gran medida, de ser un mero observador a convertirse en un foro para el diálogo y en un importante agente normativo. Esta es nuestra esperanza, la del acompañamiento, para que no sigan sufriendo los pacientes en silencio y soledad. Es vital la estima de los demás, y, sobre todo, la del mundo volcándose en su recuperación.

Víctor Corcoba Herrero/ Escritor
corcoba@telefonica.net
8 de septiembre de 2013