

SALUD MENTAL, PROMOCIÓN DE LA SALUD Y SALUTOGÉNESIS



DOLORS JUVINYÀ CANAL

Catedrática de Escuela
Universitaria.
Departamento de Enfermería.
Universitat de Girona.
Directora de la Cátedra de
Promoción de la Salud de la
Universitat de Girona.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) recogía ya en su primera definición de salud el concepto «mental»: «La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades». Años después, también la Declaración de Alma-Ata (1978) y la Carta de Ottawa para la Promoción de la Salud (1986) apuntaban la salud mental como la condición necesaria para alcanzar un estado adecuado de bienestar. Se incorporaba un nuevo enfoque de salud de las personas, un enfoque centrado en la importancia de apoderar a personas y comunidades para hacerlas capaces de identificar, controlar y gestionar los recursos necesarios para la mejora de su bienestar y calidad de vida, incrementando así el control y la mejora de su propia salud.

La salud mental se concibe según la OMS (2001) como un estado de bienestar humano en el que el individuo desarrolla sus habilidades y potenciales, puede adaptarse y afrontar los retos normales de la vida, puede trabajar productiva y constructivamente, y es capaz de contribuir a su comunidad.

Es importante hacer notar la relación con el enfoque salutogénico planteado por Antonovsky¹, una aproximación a la salud que centra su mirada en todo aquello que genera salud: los activos, las habilidades, los intereses y las experiencias de las personas. Complementaba la visión imperante hasta el momento de la salud estrictamente relacionada con los servicios sanitarios y con la ausencia de enfermedad, suponía una reorientación en la forma de afrontar la intervención y las políticas de salud, y también la consideración de la salud mental y las estrategias de intervención.

La promoción de la salud mental está incorporada en las directrices de la OMS de forma explícita desde el año 2005, en que se aprobó la Declaración de Helsinki sobre Salud Mental. Entre sus acciones, están la promoción del bienestar mental y la eliminación de los estigmas, la discriminación y la exclusión social. Una mayor concreción llega con el *Plan de acción sobre salud mental 2013-2020*², donde se plantean



cuatro objetivos: liderazgo y gobernanza más eficaces en materia de salud mental; prestación de servicios integrales e integrados de salud mental y asistencia social con base en la comunidad; aplicación de estrategias de promoción y prevención; y fortalecimiento de los sistemas de información, la evidencia y la investigación. Relaciona la salud mental con los determinantes de la salud³, incluyendo, además de las características individuales, también los factores sociales, culturales, económicos, políticos y ambientales tales como las políticas nacionales, la protección social, el nivel de vida, las condiciones laborales o los apoyos sociales de la comunidad.

La aproximación de la salud mental desde los determinantes permite poner en evidencia la importancia de intervenir desde una perspectiva amplia, desde múltiples sectores y con la implicación de múltiples actores. Orientaciones relacionadas con las últimas declaraciones de promoción de la salud: salud en todas las políticas de Helsinki en 2013 y la promoción de la salud en la agenda 2030 para el desarrollo sostenible adoptada en Shanghái, en noviembre de 2016⁴.

La Declaración de Shanghái ha representado una constatación más del vínculo de la salud con el desarrollo, y también con la renovación del compromiso con la Carta de Ottawa y la necesidad de adoptar medidas de manera decidida respecto a los determinantes de la salud, apoderar a las personas para que tengan un mayor control sobre su salud y velar para que los sistemas de salud estén centrados en las personas. Esto comporta reorientar las acciones de los servicios centrados solamente en el problema o trastorno para centrarlas en el bienestar de la persona y sus potencialidades, incorporando los recursos que generen salud.

BIBLIOGRAFÍA

1. Lindström B, Eriksson M. Guía del autoestopista salutogénico: camino salutogénico hacia la promoción de la salud. Càtedra de Promoció de la Salut de la Universitat de Girona. Girona: Documenta Universitaria; 2011.
2. Organización Mundial de la Salud. Plan de acción sobre salud mental 2013-2020 [Internet]. Ginebra: Organización Mundial de la Salud; 2013. Disponible en: http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/97488/1/9789243506029_spa.pdf
3. Dahlgren G, Whitehead M. Policies and strategies to promote social equity in health. Background document to WHO – Strategy paper for Europe. Estocolmo: Institute for Futures Studies; 1991.
4. Organización Mundial de la Salud. Declaración de Shanghai sobre la promoción de la salud en la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible. Ginebra: Organización Mundial de la Salud; 2016.