

Salud mental comunitaria: una breve introducción



SALUD MENTAL COMUNITARIA: UNA BREVE INTRODUCCIÓN

Créditos Institucionales

Douglas Hospital Research Centre - McGill University (Canadá)

Instituto de Investigación y Promoción del Desarrollo y Paz de Ayacucho (IPAZ)

Facultad de Salud Pública y Administración "Carlos Vidal Layseca" Universidad Peruana Cayetano Heredia

Nombre del Proyecto

Estabilización post-conflicto y rehabilitación psicosocial en comunidades alto-andinas del Perú

Agencia donante

Peace and Security Division, Canadian International Development Agency (ACDI-CIDA)

Autor

Duncan Pedersen



CP
WM
30

E Salud mental comunitaria: una breve introducción
Duncan Pedersen. Lima: Instituto de Investigación y Promoción de
Desarrollo y Paz de Ayacucho, Universidad de McGill, Universidad
Peruana Cayetano Heredia, 2007
8 p.

SERVICIOS COMUNITARIOS DE SALUD MENTAL

SALUD MENTAL COMUNITARIA: UNA BREVE INTRODUCCIÓN

Autor: Duncan Pedersen

Primera Edición

Diseño de carátula y Diagramación: César Lévano Vergara (En Blanco Publicidad)

** Basado en diseños de tablas de Sarhua, Ayacucho, Perú

Imprenta: Stampa Grafica: Calle Los Telares 259 Urb Vulcano - Ate

© Proyecto Estabilización Post-conflicto y Rehabilitación Psicosocial en Comunidades Altoandinas del Perú: Instituto de Investigación y Promoción de Desarrollo y Paz de Ayacucho, Universidad de McGill, Universidad Peruana Cayetano Heredia

Impreso en Perú
Diciembre, 2007

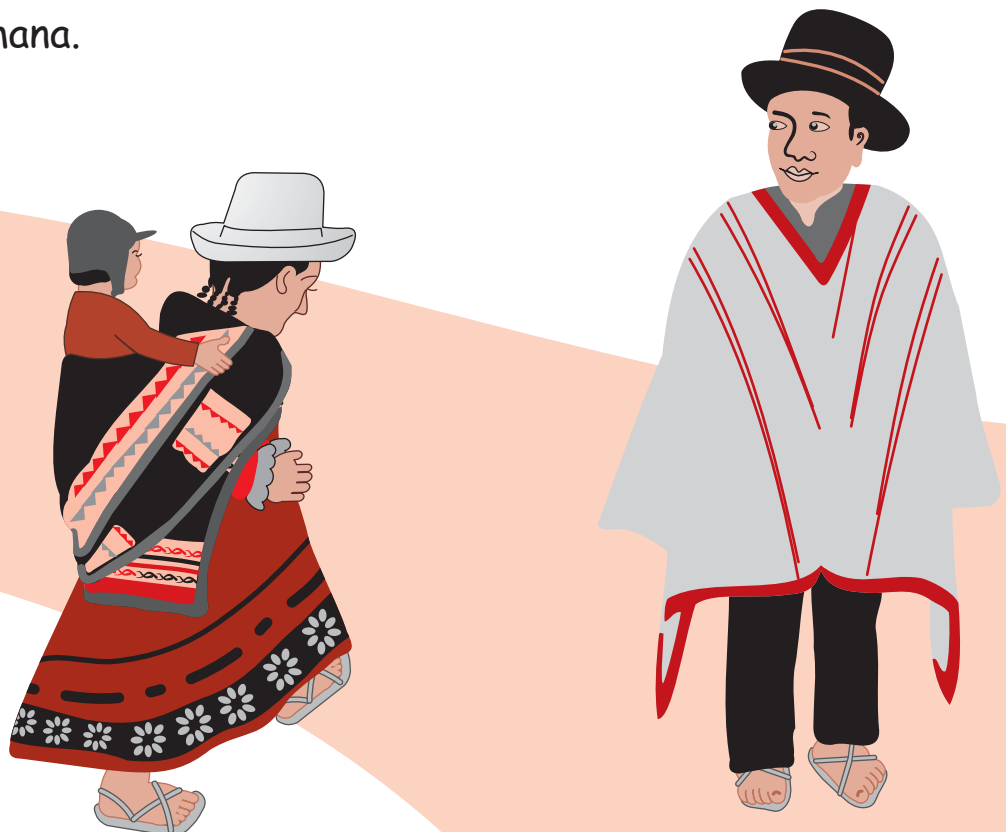
Hecho el depósito Legal: N° 2007-09033

ISBN: 978-9972-806-53-7

INTRODUCCIÓN

¿Qué se entiende por salud mental? Con frecuencia se alude a la salud mental como "algo más que la ausencia de enfermedad" o como un "estado de equilibrio o de bienestar." Otros entienden a la salud mental a la vez como un proceso y un producto de la interacción recíproca de las personas con el medio ambiente y su entorno familiar y social. En realidad hoy se admite que no existe una sola forma de entender a la salud mental ya que cada sociedad construye sus propias nociones de salud y enfermedad, según el contexto social y el momento histórico por el que transcurre, y que estas nociones están fuertemente modeladas por la cultura.

La salud mental es por tanto una construcción social y cultural compleja, dinámica y cambiante que puede considerarse como un "capital social" valioso y esencial para la vida y supervivencia de la especie humana.



Hoy se reconoce que la magnitud de los problemas de salud mental está aumentando en todo el mundo y representa una carga social y económica considerable para la familia, la comunidad y la sociedad nacional. Diversos estudios en América Latina y en el Perú reportan que entre un cuarto a un tercio o más de la población sufre de problemas de salud mental, trastornos psicológicos y del comportamiento. Todavía más importante es comprobar que la magnitud de los problemas de salud mental está aumentando en todas partes y que el contexto de pobreza, marginación y cambio social acelerado contribuyen en forma significativa al incremento de los problemas de salud en general y al deterioro de la salud mental en particular.

En el Perú, el Ministerio de Salud y otras agencias no gubernamentales, vienen desarrollando programas de promoción de la salud y estilos de vida saludables con la finalidad de mejorar los niveles de salud de la población. Si bien en algunos casos se encuentran resultados alentadores con estos programas, hoy resulta imprescindible fortalecer aún más los enfoques de promoción de la salud mental comunitaria y adopción de estilos de vida saludables a partir del reconocimiento de los recursos endógenos (internos) y propios utilizados por las comunidades para preservar y mantener la salud, los cuales deben ser considerados como pilares fundamentales del trabajo comunitario en salud colectiva.



Con el propósito de contribuir a la promoción de la salud mental comunitaria y a la consolidación del proceso de paz en la región de Ayacucho y bajo los auspicios del proyecto "Estabilización Post-conflicto y Rehabilitación Psicosocial en comunidades alto-andinas del Perú" impulsado por el Instituto para la Paz y el Desarrollo de Ayacucho (IPAZ) y el Douglas Hospital Research Centre de la Universidad McGill del Canadá, se desarrolló un programa de investigación-acción conjuntamente con comunidades de las provincias de Huanta, Vilcashuamán y Víctor Fajardo que permitió, entre otros, la elaboración de este manual para la promoción de la salud mental en las comunidades andinas de la sierra peruana. La Facultad de Salud Pública de la Universidad Peruana Cayetano Heredia, a través de la Unidad de Salud Mental prestó asesoría técnica y apoyo en la tarea de validación de los módulos, así como en la edición y diseminación de los mismos.

Este manual está basado en un principio básico: para mejorar los niveles de salud es necesario reconocer y actuar reforzando los recursos endógenos (internos) que han ayudado a preservar y mantener la salud mental de las comunidades andinas, los que son más importantes y duraderos que los recursos de ayuda que provienen del exterior o de fuera de la comunidad. De allí el énfasis en revalorar los espacios comunitarios en los que se reconstruyen las redes de soporte social y se fortalece la identidad colectiva y la cohesión social, las que vienen a ser la base fundamental de la salud mental comunitaria.



En tal sentido, esperamos que este manual sirva para mejorar las capacidades y competencias de los trabajadores de atención primaria de salud y de otros sectores involucrados, para que todos contribuyan efectivamente en la prevención, recuperación y fortalecimiento de la salud mental comunitaria en las poblaciones andinas, en especial aquellas que fueron afectadas por la violencia organizada en el transcurso de las últimas décadas.




ALGUNAS ORIENTACIONES BÁSICAS:

Como en muchas partes de la sierra peruana, en Ayacucho no existen suficientes recursos profesionales, ni hay psiquiatras o psicólogos clínicos especializados en el manejo de problemas de salud mental a nivel comunitario. Es por esta razón que este manual ha sido elaborado pensando en aquellos recursos locales como los técnicos en enfermería, los promotores y trabajadores de atención primaria de salud, y también los líderes comunitarios que viven en los asentamientos andinos y se sienten comprometidos con su desarrollo, en especial de aquellos que han sido más afectados por la pobreza, la violencia organizada y la exclusión económica y social.

Para una mejor comprensión, hemos dividido el manual en 5 módulos. En cada uno de éstos, se abordan temas de salud mental desde la perspectiva de las comunidades andinas de la región de Ayacucho. El manual no pretende agotar el tema de la salud mental comunitaria y su contenido no puede juzgarse como definitivo. Tampoco se debe considerar a este manual como prescriptivo o un esquema de trabajo rígido para desarrollar una intervención en salud mental comunitaria. Los temas desarrollados en estos módulos deben ser actualizados periódicamente y adaptados a la realidad y al contexto cambiante de las comunidades andinas. Al final de cada módulo, se encuentran preguntas de auto-evaluación destinadas a facilitar el aprendizaje y medir los avances logrados.

Es necesario poner atención en algunos requisitos o condiciones necesarias por parte del estudiante antes de comenzar el trabajo en salud mental comunitaria. Estos son:



1) saber observar no sólo la dimensión objetiva (por ejemplo, el aspecto físico de la persona y su comportamiento), sino además saber percibir lo subjetivo (las actitudes, los sentimientos y emociones) de las personas en relación a su medio familiar y social inmediato.

2) saber escuchar, es decir, siempre ponerse en el lugar de los demás, ser amable y comprensivo y, por sobre todo, compasivo con los que sufren.

3) ser paciente, pues toda intervención en salud mental es un proceso lento que demanda tiempo, perseverancia y compromiso sostenido.

4) saber mantener la confidencialidad de la información personal que se recibe.

5) ser tolerante y respetuoso de las diferencias culturales, y de otros sistemas de valores y de creencias.

Por último, queremos destacar que este manual de 5 módulos no pretende ser un producto final, ni acabado, sino que por el contrario, se trata de un primer borrador, susceptible de ser mejorado y que una vez probado en la práctica se convierta en un instrumento útil para la capacitación de personal de primer nivel de atención, en particular en aquellos asentamientos rurales. Los autores esperamos que estos módulos sirvan como incentivo para que se produzcan otros similares, necesariamente adaptados a la diversidad cultural y a las distintas poblaciones del Perú contemporáneo.

IPAZ
INSTITUTO DE INVESTIGACIÓN Y PROMOCIÓN
DE DESARROLLO Y PAZ EN AYACUCHO



McGill



**UNIVERSIDAD PERUANA
CAYETANO HEREDIA**

