

## ¿Por qué es urgente y prioritario contar con una política integral en materia de Salud Mental en México?

Carla Hammeken\*

Reconocemos las alarmantes cifras de discapacidad total en el mundo, más de 650 millones de personas, sólo en América latina 85 millones y sólo el 2% han tenido respuesta a sus necesidades. La Organización Mundial de la Salud (OMS) nos indica que más de 450 millones son personas con algún trastorno mental, la mayoría consideramos, con discapacidad psíquica.

### Situación en México

Vivimos una situación alarmante en el país:

1. Según el informe Atlas de la Organización Mundial de la Salud, México se encuentra entre los países que destina una baja proporción de su presupuesto de salud a la salud mental, mucho menor a la recomendada por ese organismo internacional (que es del 10%).
2. En nuestro país, según cifras de la Secretaría de Salud, 15 millones de personas tienen algún tipo de desorden mental.
3. Datos del Instituto Nacional de Estadística Geografía e Informática (INEGI) 2001 nos indican que el suicidio entre los jóvenes de 15 a 24 años es la tercera causa de muerte. Muchos de estos casos se relacionan con estados depresivos, el abuso del alcohol o las drogas, o con otros problemas psíquicos, que hubieran requerido atención oportuna.
4. Según resultados de la Primera Encuesta Nacional de Epidemiología Psiquiátrica en México (ENEP) publicada en agosto 2003, de 100 personas con tres o más síntomas severos, sólo el 2.5% tiene un tratamiento adecuado.
5. Persiste el estigma y la discriminación tanto entre la población general como entre los profesionales hacia el enfermo mental lo que afecta su asistencia a tratamiento y su reinserción social, en la escuela, el trabajo y la comunidad. Las personas con problemas de salud mental son representadas en los medios masivos como peligrosas, lo que contribuye a generar temor hacia ellas.
6. A pesar de que existen fármacos y tratamientos eficaces, son poco conocidos o accesibles para la mayoría de la población.

\* Presidenta de la Unión Mexicana para la Reforma Psiquiátrica A.C. y Coordinadora de la Red Voz Pro Salud Mental (familias unidas por la salud mental).

7. Los expertos han demostrado que no hay salud sin salud mental. Diversos estudios han comprobado el impacto de los problemas mentales en la salud física. La depresión aumenta cuatro veces el riesgo de enfermedad cardíaca, aún cuando otros factores de riesgo como el fumar estén controlados. El estrés sostenido o el trauma aumentan la susceptibilidad a las infecciones virales y las enfermedades físicas al dañar el sistema inmune. Y éstos son sólo algunos ejemplos, de una amplia literatura científica al respecto.

Los problemas de salud mental también acarrear importantes costos económicos y sociales. Los pacientes y sus familias o los encargados de atenderlos padecen con frecuencia una reducción de su productividad en el hogar y en el lugar de trabajo. La pérdida de salarios, combinada con la posibilidad de incurrir en gastos exorbitantes en atención sanitaria, puede afectar gravemente a la situación financiera de los pacientes y sus familias, hundiéndolos en la pobreza o agravándola.

### **¿Por qué una Política en Salud Mental?**

Aun con el panorama recién presentado, en México no se le da la prioridad necesaria a los trastornos mentales; no hay relación entre su prevalencia y situación en el país y los recursos —escasos y deficientemente distribuidos— destinados para atenderlos. Se privilegia a los grandes centros psiquiátricos, anticuados e inapropiados, en lugar de promover la asistencia comunitaria; los recursos humanos y físicos son inadecuados e insuficientes; bajo control de la calidad de la atención y falta de rendición de cuentas. Hace falta también una legislación específica que evite la discriminación de las personas con trastornos mentales y sistemas de información sobre la salud mental y los tratamientos eficaces y accesibles.

Sin políticas explícitas en materia de salud mental los programas y los servicios seguirán siendo ineficientes, insuficientes y fragmentados.

A la luz de los avances científicos, técnicos y las reformas sociales en el mundo, no hay razón ética o científica que justifique la marginación y exclusión del enfermo mental en nuestra sociedad.

Por ello requerimos políticas de salud mental que establezcan los valores, los objetivos y las estrategias gubernamentales para reducir la carga que representa la enfermedad mental, la discapacidad que provocan y mejorarla. Que definan una visión de futuro que trascienda los tiempos políticos; que ayuden a establecer programas y acciones para el fomento de la salud mental en la comunidad, la prevención y el tratamiento de las enfermedades mentales, con intervenciones tempranas, así como con programas de rehabilitación y reinserción social adecuados a las necesidades y capacidades específicas de cada caso.

En esas políticas se deben especificar los criterios que se deben aplicar en todos los programas y servicios y que los vinculan con objetivos y una

visión y un propósito comunes y por supuesto, para que funcionen es necesaria la participación multidisciplinaria de las autoridades con organizaciones familiares y de usuarios y las asociaciones civiles, así como de otros sectores como académicos, legisladores, sin faltar enfermeras, trabajadoras sociales, psicólogos y psiquiatras. Los sectores educativos, laborales, de vivienda, industria y comercio deben apoyar las políticas de salud mental al propiciar la integración de los enfermos y sus familias a mejores oportunidades de desarrollo.

Para lograr esta participación y coordinación multidisciplinaria y multisectorial se debería contar con un órgano del más alto nivel y de gran convocatoria, que pudiera conjuntar las distintas voluntades y capacidades de los diversos actores participantes. El trabajo en equipo e interinstitucional es algo prácticamente desconocido en nuestras instituciones. Reconocemos con tristeza que como representantes de familias unidas ante la Enfermedad Mental en México, se nos ha hecho a un lado y nuestros ofrecimientos de colaboración y de trabajo conjunto no han sido tomados en cuenta por parte de las autoridades federales. Debemos trabajar en equipo encontrando la posibilidad de una comunicación continua y de formas de participación en colaboración más efectivas. Reconozco que nos hemos sentido excluidos.

Una política integral de salud mental está compuesta por diversos tópicos, pero quiero hacer énfasis en cuatro ejes principales:

- a) Financiamiento
- b) Derechos Humanos
- c) Apoyo a las familias y Rehabilitación Psicosocial
- d) Reforma Psiquiátrica

#### *a) Financiamiento*

Las personas con enfermedades mentales frecuentemente provienen de sectores marginados de la población y su padecimiento les crea una doble marginación. Para el enfermo mental, es muy difícil adquirir grados académicos y ser económicamente autosuficiente. En muchas ocasiones a los familiares no les es posible cubrir sus necesidades de manutención y tratamiento; es frecuente que los abandonen ante la falta de otros apoyos. Un sistema democrático y respetuoso de la vida humana debería garantizar la cobertura de estas mínimas necesidades de quienes se encuentran en una situación tan vulnerable. Además, la experiencia de sociedades verdaderamente humanitarias, nos indican que estos enfermos, con los apoyos necesarios, se convierten en individuos útiles a sí mismos y a su comunidad. El Estado debe proveer los financiamientos necesarios para invertir en ellos.

En México, según lo expresado en los discursos del Dr. Julio Frenk, Secretario de Salud, se asegura que durante 2006 el Seguro Popular dará servicios especializados a la depresión y la psicosis, incluyendo la atención

ambulatoria de los pacientes cuando se trate de problemas leves y, en casos graves, la hospitalización. Además de que esperamos que esto se vuelva una realidad para todos los estados, es necesario también, que se incluyan los servicios de atención terapéutica dentro del Seguro Popular a otros padecimientos de gran impacto como el Trastorno Bipolar, la Esquizofrenia, y el Trastorno de Déficit de Atención que afecta el desarrollo de tantos niños de nuestro país.

Requerimos urgentemente de espacios físicos accesibles en diversos puntos del país que garanticen el proceso de rehabilitación y reinserción social. Necesitamos más recursos humanos y técnicos para hacer posible este proceso.

También se debe poder contar con los medicamentos necesarios, tan importantes para los enfermos, cuya disponibilidad y accesibilidad esté garantizada permanentemente. Aún cuando en teoría los medicamentos de última generación se encuentran adscritos en el cuadro básico, en la práctica existe desabasto, lo que provoca falta de continuidad en el tratamiento, recaídas, y a la larga un costo mayor para el país. En "Voz Pro Salud Mental" hemos monitoreado quejas de pacientes que ven con dolor e impotencia cómo, después de que por fin se adaptaron a un medicamento y logran progresos, las instituciones públicas dejan de surtir el fármaco.

Necesitamos no sólo incrementar el presupuesto asignado actualmente a salud mental, sino reasignarlo a acciones específicas como la cobertura de los tratamientos, subsidiar los medicamentos y contar de una buena vez con Programas efectivos de reinserción. En México, aunque nuestras autoridades han reconocido en el discurso esta gran carga de las enfermedades mentales para la sociedad en su conjunto, el presupuesto que se destina sigue siendo menor que el promedio en países latinoamericanos con menor nivel de desarrollo. Pero no sólo es importante el monto de recursos que se destinen a la salud mental sino, lo más importante, la forma en que se gasta, si es efectiva o no, tema al cual me referiré más adelante.

### *b) Derechos Humanos*

Los problemas psiquiátricos y psicosociales de las personas con enfermedades mentales, así como las barreras y desventajas sociales que sufren, hacen de esta población un grupo especialmente indefenso y vulnerable ante posibles abusos, situaciones de desprotección y obstáculos para el pleno acceso y ejercicio de sus derechos. Por ello es preciso asegurar y promover la defensa y protección de sus derechos tanto en dispositivos de atención y tratamiento como en la vida cotidiana.

Lamentablemente muchas de las personas con enfermedades mentales son las más desatendidas y olvidadas en el mundo. En muchas comunidades la enfermedad mental no es considerada como una enfermedad médica real, más bien se les considera como una debilidad moral o de carácter o como un castigo divino. Aun en los casos en que se reconoce que

las personas con trastornos mentales tienen una enfermedad real, la forma en que se les trata, generalmente, es inhumana.

En este sentido, Voz Pro Salud Mental acaba de iniciar una campaña por los derechos de las personas con enfermedad mental. Hemos enviado a todos los organismos públicos de derechos humanos, incluida la Comisión Nacional de Derechos Humanos (CNDH), una carta solicitando suscriban y difundan los derechos de las personas con alguna enfermedad mental. Los derechos que estamos difundiendo a través de la Red de Voz Pro Salud Mental son:

- Derecho a recibir un trato digno y respetuoso y a no ser discriminado por ningún motivo.
- Derecho a recibir el tratamiento de la mejor calidad, de acuerdo con los avances de la investigación.
- Derecho a recibir información clara y oportuna sobre el padecimiento y sus opciones de tratamiento.
- Derecho a que en los centros de atención, clínicas y hospitales los médicos de guardia tengan preparación en urgencias psiquiátricas.
- Derecho a que todo el equipo médico tratante, incluyendo a los médicos de primer nivel, tengan la preparación suficiente para el diagnóstico de enfermedades mentales.
- Derecho a no ser sujeto de experimentos o tratamientos en investigación sin el consentimiento escrito del paciente y su familiar responsable o representante legal.
- Derecho a tener acceso a la atención médica. Así como a los medicamentos con precios accesibles para toda la población.
- Derecho a que los servicios de salud mental sean adecuados en costo y calidad y accesibles, al alcance de la población en general.
- Derechos a un seguro médico particular o gubernamental que cubra estas enfermedades.

También estaremos acudiendo a distintos hospitales psiquiátricos y a clínicas tanto del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), como del Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado (ISSSTE) y de la Secretaría de Salud para corroborar las condiciones en que se atienden a los pacientes con alguna enfermedad mental. Denunciaremos el desabasto y la sustitución de medicamentos y tratamientos de última generación por los más baratos.

Durante esas visitas estaremos repartiendo volantes entre los pacientes y sus familiares para concientizarlos y pedirles que alcen su voz en contra de la discriminación y la violación de sus garantías.

Es indispensable la participación de grupos de usuarios, grupos familiares ya que desempeñan un papel fundamental en la promoción, la vigilancia de las violaciones de los derechos humanos, la sensibilización y la prestación de atención y apoyo a las personas con trastornos mentales,

es esencial que la administración pública les preste el apoyo necesario para su desarrollo y habilitación. Se debe concienciar a los usuarios, las familias y sus organizaciones sobre los trastornos mentales, el tratamiento y la atención disponibles para ellos, sus derechos y los mecanismos jurídicos vigentes para protegerlos.

### *c) Apoyo a las familias y rehabilitación psicosocial*

Las familias constituyen el principal recurso de cuidado y soporte comunitario de las personas con enfermedad mental. De hecho la gran mayoría viven con sus familias.

Sin embargo, la convivencia con el paciente puede suponer dificultades y conflictos, que en ocasiones puede llevar a las familias a sentirse desbordadas y con escasos recursos para hacer frente a dichos problemas. Así mismo, en algunos casos esta situación puede dar lugar a una importante tensión y sobrecarga para las familias.

Es necesario proporcionar a las familias apoyo, información, educación y asesoramiento para dotarse de estrategias y recursos para manejar y mejorar la convivencia y ser agentes activos de la rehabilitación, así como para mejorar la calidad de vida de la propia familia.

Requerimos lograr el cambio del hospital psiquiátrico a la comunidad y para que esto suceda, se debe tener antes preparado el terreno, no se debe reintegrar a un paciente a su familia y comunidad sin antes haber educado, apoyado y brindado los instrumentos a la familia y la comunidad para poder ayudarlo. No se pueden reducir el número de camas si no tenemos antes centros comunitarios y otras opciones.

Debemos apoyarnos en las mejores prácticas, no sólo llevadas a cabo en otros países, sino también en México, tenemos ejemplos exitosos en algunos estados.

Para este propósito hemos integrado un grupo multisectorial e interdisciplinario para que impulse y promueve la asistencia integral psiquiátrica en México, para que las personas con enfermedades mentales y sus familiares reciban una atención digna, humanitaria, equitativa y de calidad, expresada en la plena inclusión social y en el ejercicio de sus derechos ciudadanos, la Unión Mexicana por la Reforma Psiquiátrica A.C. y queremos que todos ustedes formen parte de ella.

### *d) Reforma Psiquiátrica*

Necesitamos seguir impulsando una Reforma Psiquiátrica, por todo lo anterior y porque:

1. Hay razones clínicas de peso
2. Razones económicas
3. Razones científicas

4. Por los derechos humanos de las personas que viven con una enfermedad mental.

Necesitamos de Planes y Programas para lograr:

1. Que se brinde atención en el primer nivel de los servicios de salud general a personas con problemas de salud mental.
2. Que se abandone la concentración de atención especializada a las enfermedades mentales en los grandes centros psiquiátricos urbanos para brindar la atención fundamentalmente ambulatoria en centros comunitarios de salud mental.
3. Fomentar la capacitación de profesionales de la salud en temas de salud mental para contar con recursos humanos de acuerdo a las necesidades emergentes.
4. Capacitar y apoyar a los familiares de personas que viven con enfermedad mental.
5. Concientizar y sensibilizar a la población en general.

Necesitamos promover la adopción de políticas y legislación del gobierno y organismos gubernamentales designados a proporcionar los servicios de rehabilitación, oportunidades y recursos económicos, además de la promoción, prevención y tratamiento para cubrir las necesidades básicas y específicas de las personas con alguna enfermedad mental; su propósito es lograr una efectiva integración de los enfermos mentales a la sociedad, combatiendo el estigma, la discriminación y toda otra forma de exclusión.

Destacamos la investigación que para evaluar los servicios de salud mental en México, realizó un grupo de expertos de la OMS, a petición del Secretario de Salud Dr. Julio Frenk y que se publicó a mediados del pasado año. En ésta los expertos después de dar una visión general, objetiva y no complaciente sobre los problemas, deficiencias y rezagos de estos servicios, recomendaron la necesidad de reformularlos.

Para ello sugirieron las siguientes acciones: a) establecer medidas que eviten la estigmatización y la violación de los derechos humanos de estos enfermos, b) promover procesos que garanticen mayor equidad en su asistencia, c) establecer programas comunitarios de atención, que vayan reemplazando a los antiguos manicomios, d) para ello se sugiere comenzar con el desarrollo de áreas demostrativas y e) desarrollar acciones de rehabilitación en la propia comunidad que inserten a los pacientes en el campo laboral y social.

En varios países se ha dado ya este cambio, iniciando por el cierre de hospitales psiquiátricos, que han sido lugares en donde continuamente se han violado los derechos de las personas y se ha perpetuado su estancia de por vida, cuando ahora sabemos que no es necesario. En México esta

Reforma se ha llevado a cabo cerrando el Hospital de Ocaranza y dando nacimiento al Modelo Hidalgo, como ejemplo.

Es mucho lo que aun tenemos que hacer, sobretudo en materia de política de Salud Mental para lograr tener una legislación que proteja y defina los caminos a seguir.

## Conclusión

El cambio que se propone consiste en fortalecer la asistencia comunitaria, donde nosotros, como familiares, tenemos un papel muy importante.

Como familiares, nos adherimos a los principios rectores de la Declaración de Caracas, y que incluyen: la protección de los derechos humanos y ciudadanos de las personas con trastornos mentales; la necesidad de construir redes de servicios comunitarios que reemplacen los hospitales psiquiátricos y aseguren, la adecuada atención integral y multidisciplinaria a las personas con trastornos mentales en situaciones de crisis, incluyendo cuando sea necesario la hospitalización en hospitales generales; la participación de pacientes y familiares en la planificación e instrumentación de los programas y servicios de salud mental, resaltando la importancia de la movilización de todos los actores involucrados; la concertación de acciones por parte de los diferentes actores sociales a fin de mejorar el estado de salud mental de la población. A todo esto se comprometió nuestro país hace más de 15 años.

Debemos propiciar la existencia de camas psiquiátricas en los hospitales generales, así como solicitar que la inversión en salud se destine a la atención comunitaria, talleres protegidos, protección a las familias, casas de día y hogares protegidos y a combatir el estigma, entre otros.

Debemos conjuntar esfuerzos a fin de abogar para aumentar la conciencia de las autoridades nacionales sobre la necesidad de incrementar la inversión en salud mental para afrontar la dramática carga de morbilidad y discapacidad generada por los trastornos mentales.

*Todo paciente tiene el derecho y la posibilidad de ser rehabilitado o integrado socialmente*

La familia es un elemento fundamental a tener en cuenta durante todo el proceso (diagnóstico, tratamiento y rehabilitación). Es imprescindible proporcionarle la información sobre el manejo de situaciones problemáticas y apoyo. No se puede depositar en la familia toda la responsabilidad del tratamiento y evolución del paciente.

La familia como grupo fundamental de unidad, tiene derecho a la protección y deben recibir la necesaria protección y asistencia para contribuir al logro de los derechos plenos de las Personas con Discapacidad Psíquica.



Urgimos a que se tomen las siguientes medidas:

- Se deben reinvertir los recursos fuera de los centros psiquiátricos y a favor de los servicios de hospitales generales y los servicios especializados en salud mental de la comunidad.
- Hay que abandonar los modelos de capacitación de los profesionales de la atención de salud basados en la enfermedad y adoptar los conceptos psicosociales de salud.
- Se debe fomentar y aumentar la participación de las organizaciones familiares y de usuarios en la planificación y la prestación de los servicios.
- El seguro de enfermedad debe fomentar la paridad entre la salud mental y la salud general.
- Se deben transferir los recursos financieros y humanos existentes al sistema de salud general y a la comunidad.
- Es necesario que una proporción digna del presupuesto destinado a salud, vaya directamente al tratamiento que requieren las personas con enfermedad mental que provoca discapacidad psíquica, presupuesto que debería ir específicamente dirigido a los usuarios y a las organizaciones de las personas directamente afectadas, entre las que se encuentran los familiares cuidadores.
- Entrega de medicamentos en forma oportuna. Asegurar esta mínima cobertura permitiría reducir, en el largo plazo, los costos asociados a los problemas relacionados con rehospitalización y mayores costos.

Todos tenemos una tarea en la salud mental, cumplámosla sin regateos. Solos somos invisibles, unidos invencibles.