

PLAN DE ACCIÓN EUROPEO PARA LA SALUD MENTAL

FIJAR OBJETIVOS, CREAR SOLUCIONES

Este Plan de Acción es sancionado en la Declaración sobre Salud Mental para Europa por los Ministros de Sanidad de los Estados Miembros en la región europea de la OMS. Ellos apoyan su establecimiento de acuerdo con las necesidades y recursos de cada país.

Los objetivos durante los próximos cinco a diez años consisten en desarrollar, establecer y evaluar una normativa que de lugar a intervenciones en el ámbito de la Salud Mental, capaces de mejorar el bienestar de la población, prevenir los problemas de Salud Mental y promover la inclusión social y el desarrollo de las personas que padecen problemas de Salud Mental. Las prioridades para la próxima década son:

- I. Concienciar de la importancia del bienestar mental;
- II. Rechazar colectivamente los estigmas, la discriminación y la desigualdad, capacitando y apoyando a las personas con problemas de Salud Mental y a sus familias para su activa implicación en este proceso;
- III. Diseñar y establecer sistemas de salud mental integrales, integrados, y eficientes que cubran la promoción, prevención, asistencia, tratamiento, rehabilitación y recuperación;
- IV. Establecer la necesidad de profesionales competentes y efectivos en las áreas citadas.
- V. Reconocer la experiencia y el conocimiento de los usuarios de los servicios, y de sus cuidadores como base importante para la planificación y el desarrollo de servicios de Salud Mental.

Este Plan de Acción propone medios para el desarrollo, establecimiento y refuerzo de una política global en Salud Mental en los países de la Región Europea de la OMS, y requiere acciones en las doce áreas que se establecen a continuación. Los países reflejarán esta normativa en sus propios planes y estrategias de Salud Mental de modo que se pueda determinar la actividad en los próximos cinco y diez años.

1. Promoción de la Salud Mental para todos.

Objetivo.

La Salud Mental y el bienestar son fundamentales para la calidad de vida, posibilitando a la población para que disfrute de una vida plena, activa y creativa. La Salud Mental es un componente esencial de la cohesión social, la productividad, la paz y la estabilidad en el medio que nos rodea, contribuyendo al desarrollo económico y de capital social en las sociedades. Una política en Salud Mental, y estilos de vida que conduzcan al bienestar son elementos cruciales para conseguir este objetivo. La promoción de la Salud Mental aumenta la calidad de vida y el bienestar mental de toda la población, incluyendo las personas con problemas de Salud Mental y sus cuidadores. El desarrollo y el establecimiento de planes efectivos de promoción de la Salud Mental aumentarán el bienestar mental para todos.

Acciones a considerar:

- I. Desarrollar estrategias globales de promoción de la Salud Mental dentro del contexto de la Salud Mental, de la Salud Pública y de otras políticas públicas que establezcan la promoción de la Salud Mental durante todas las etapas de la vida.
- II. Considerar la promoción de la Salud Mental como una inversión a largo plazo y desarrollar programas de información y educación a largo plazo.
- III. Desarrollar y ofrecer programas efectivos de apoyo y educación a la paternidad y maternidad que tengan su inicio en el embarazo.
- IV. Desarrollar y ofrecer programas basados en la evidencia que fomenten habilidades, proporcionen información y se centren en la inteligencia emocional y funcionamiento psicosocial en niños y jóvenes.
- V. Mejorar el acceso a la alimentación sana y la actividad física para los mayores.
- VI. Promover acciones a múltiples niveles dentro del ámbito comunitario que impliquen concienciación pública, al personal de atención primaria y a los mediadores en la comunidad como profesores, sacerdotes y medios de comunicación.
- VII. Integrar la promoción de la Salud Mental dentro de una promoción global de salud y de los programas y políticas de salud pública, como las que son apoyadas por las redes de promoción sanitaria de la OMS.
- VIII. Promocionar el consumo de productos sanos y reducir la ingesta de productos nocivos.

- IX. Crear lugares de trabajo saludables, fomentando actividades como el ejercicio, cambios en los esquemas de trabajo y horarios apropiados.
- X. Ofrecer actividades de promoción de la Salud Mental efectivas, dirigidas a grupos de riesgo tales como personas que padecen problemas de salud físicos o psíquicos y sus cuidadores.
- XI. Identificar mecanismos claros para la capacitación de la población, procurando que adquiera responsabilidad en la promoción de la salud y en la prevención de la enfermedad, por ejemplo mediante el aumento de la conciencia pública sobre la importancia de la elección del estilo de vida.

2. Demostración del papel central de la Salud Mental.

Objetivo

La Salud Mental es fundamental para construir una sociedad sana. Las políticas saludables en ámbitos como el laboral, o el de planificación urbana o aquellas que afectan a temas socioeconómicos, tienen también un impacto positivo en la Salud Mental y reducen el riesgo de problemas de Salud Mental. Las implicaciones de cualquier política pública en la Salud Mental, y particularmente su posible impacto en los grupos de riesgo debe ser, por tanto, considerada. La política en Salud Mental requiere conexiones intersectoriales y debe siempre mostrar un abordaje multisectorial y multidisciplinario.

Acciones a considerar:

- I. Convertir la Salud Mental en una parte inseparable de la salud pública.
- II. Añadir una perspectiva desde la Salud Mental a las políticas nacionales y a la legislación, tanto a las nuevas como a las ya existentes.
- III. Incluir a la Salud Mental en aquellos programas que se ocupan de salud ocupacional y seguridad.
- IV. Evaluar el impacto potencial de cualquier nueva normativa sobre el bienestar de la población antes de su introducción, y valorar sus resultados posteriormente.
- V. Considerar especialmente el impacto relativo que puedan tener estas políticas en aquellos que padecen problemas de Salud Mental o bien en los grupos de riesgo.

3. Erradicar el estigma y la discriminación.

Objetivo.

El desarrollo y establecimiento de una política de Salud Mental no debe comprometerse por la estigmatización que suele ir ligada a los problemas de Salud Mental y que da lugar a la discriminación. A menudo, las personas con problemas de Salud Mental no gozan de las mismas oportunidades debido a esa discriminación. Deben protegerse los derechos humanos y el respeto para aquellos con problemas de Salud Mental. La capacitación y la autorización son un paso crucial para conseguir estos objetivos, ya que aumenta la integración y la inclusión social. La falta de capacitación y representatividad de las organizaciones de usuarios y de sus cuidadores y la escasa asesoría legal de la que disponen dificultan el diseño y establecimiento de normativas y actividades que respondan a sus deseos y necesidades. La exclusión social experimentada por los usuarios de los servicios de Salud Mental ya sea en asilos o instituciones, como en la comunidad, necesita ser desterrada.

Acciones a considerar:

- I. Promover actividades que contrarresten la estigmatización y la discriminación, enfatizando la ubicuidad de los problemas de Salud Mental, su posible tratamiento, buen pronóstico en general, y el hecho de que rara vez se asocian a violencia.
- II. Revisar la legislación de los derechos de los discapacitados y asegurar que esta cubre la Salud Mental de modo equitativo.
- III. Desarrollar y establecer políticas nacionales, sectoriales y de empresa para eliminar la estigmatización y discriminación en el empleo, asociado con problemas de Salud Mental.
- IV. Fomentar la implicación de la comunidad en los programas locales de Salud Mental apoyando las iniciativas de organizaciones no gubernamentales.
- V. Desarrollar un programa legislativo coherente que trate la estigmatización y la discriminación, incorporando los estándares internacionales y regionales sobre los derechos humanos.
- VI. Establecer un diálogo constructivo con los medios de comunicación y proporcionarles de modo sistemático toda la información disponible.
- VII. Establecer estándares de representación para los usuarios y para sus cuidadores, en comités y grupos responsables de la planificación, asignación e inspección de las actividades sobre Salud Mental.

- VIII. Estimular la creación y el desarrollo de organizaciones dirigidas por los propios usuarios, tanto locales como nacionales, no gubernamentales, que representen a las personas con problemas de Salud Mental, a los cuidadores y a las comunidades donde residen.
- IX. Promover la integración de los niños y jóvenes con problemas de Salud Mental y discapacidades en el sistema educacional normalizado.
- X. Establecer programas de formación para personas con problemas de Salud Mental y favorecer la adaptación de los locales y de las actividades laborales a sus necesidades especiales con el objetivo de asegurar su incorporación al empleo competitivo.

4. Promoción de actividades en etapas críticas de la vida.

Objetivo.

Los niños, los jóvenes y los mayores presentan un mayor riesgo de verse afectados por factores sociales, psicológicos y ambientales. Debido a esta vulnerabilidad y necesidades especiales, los jóvenes y mayores deben ser objetivo prioritario en las actividades relacionadas con la promoción de la Salud Mental y con la prevención y el tratamiento de los problemas de la Salud Mental. Sin embargo, muchos países presentan una capacidad inadecuada en esta área, y los servicios y el personal están en general mal preparados para tratar problemas relacionados con la edad y el desarrollo. En concreto, las alteraciones en la infancia pueden ser claros precursores de alteraciones mentales en la vida adulta. El apoyo a la Salud Mental de los niños y los adolescentes debe ser considerado como una inversión estratégica que producirá múltiples beneficios a largo plazo para los individuos, las sociedades y los sistemas sanitarios.

Acciones a considerar:

- I. Asegurar que las políticas de Salud Mental tengan como prioridad la Salud Mental y el bienestar de niños, adolescentes y ancianos.
- II. Incorporar los derechos internacionales de niños, adolescentes y ancianos a la legislación sobre Salud Mental.
- III. Implicar en la medida en la que sea posible, tanto a jóvenes como a ancianos en el proceso de toma de decisiones.
- IV. Prestar especial atención a aquellos grupos marginados, incluyendo niños y ancianos de familias inmigrantes.
- V. Desarrollar servicios de Salud Mental sensibles a las necesidades de los jóvenes y ancianos, que operen en estrecha colaboración con familias, escuelas, centros de día, vecinos y amigos.
- VI. Promover el desarrollo de centros comunitarios para ancianos y aumentar así el apoyo social y el acceso a las intervenciones realizadas.
- VII. Asegurar que los servicios de Salud Mental que se ocupan de problemas relacionados con la edad y el género son provistos tanto por los servicios de atención primaria como por los servicios especializados y de atención social, y que éstos funcionan como redes integradas.
- VIII. Restringir el tratamiento institucional de niños, adolescentes y ancianos que promueve la exclusión social y el abandono.
- IX. Mejorar la calidad de los servicios de Salud Mental, mediante la mejora o el establecimiento de la capacidad para realizar intervenciones especializadas

en la infancia, la adolescencia y el paciente anciano, y mediante la formación y el empleo del suficiente número de especialistas.

- X. Mejorar la coordinación entre organizaciones implicadas en programas de alcohol y drogas y aquellas otras implicadas en salud de niños y adolescentes y en salud mental, tanto a nivel nacional como internacional, así como aumentar la colaboración entre sus respectivas redes.
- XI. Asegurar la paridad de recursos económicos en relación con otros servicios sanitarios comparables

5. Prevención de problemas de salud mental y suicidio.

Objetivo.

La población de muchos países se encuentra expuesta a cambios sociales lesivos y generadores de stress que afectan la cohesión social, la seguridad y el empleo y que dan lugar en ocasiones a un aumento de ansiedad, de depresión, alteraciones relacionadas con el alcohol o por uso de otras sustancias, a la violencia e incluso a conductas suicidas. Los precipitadores sociales de estos problemas de Salud Mental son múltiples y abarcan desde causas individuales, hasta temas que afectan a una comunidad al completo o a una sociedad entera. Pueden estar inducidos, o bien agravados, tanto en el hogar, como en el lugar de trabajo, instalaciones educativas, o instituciones psiquiátricas. Grupos especialmente vulnerables y marginados, como los refugiados y poblaciones de inmigrantes, los desempleados, expresidarios o presidiarios, aquellos con diferentes orientaciones sexuales, personas con discapacidades físicas o sensoriales y personas con problemas de Salud Mental, pueden presentar un riesgo particularmente elevado.

Acciones a considerar:

- I. Concienciar a la población de la prevalencia, los síntomas y la posibilidad de tratamiento del stress, la ansiedad, la depresión y la esquizofrenia.
- II. Establecer los grupos de riesgo y ofrecerles programas de prevención para la depresión, ansiedad, stress, suicidio y otras áreas de riesgo, desarrollados sobre la base de sus necesidades específicas y de acuerdo con su cultura y sus antecedentes.
- III. Establecer grupos de autoayuda, líneas telefónicas de ayuda, y sitios en la web para reducir el suicidio, enfocados especialmente a los grupos de alto riesgo.
- IV. Establecer políticas que reduzcan la accesibilidad a los medios necesarios para el suicidio.
- V. Introducir la valoración rutinaria, por los ginecólogos, de la salud mental de las mujeres que acaben de dar a luz y realizar intervenciones en el caso de que sean necesarias.
- VI. Facilitar actividades educativas en el propio hogar para las familias de alto riesgo, con el fin de ayudar a mejorar las técnicas y habilidades en el cuidado de los hijos, las conductas saludables y la interacción entre padres e hijos.
- VII. Establecer programas educativos basados en la evidencia en relación con otros Ministerios que se ocupen de temas como el suicidio, la depresión, alteraciones relacionadas con el alcohol y con el uso de

otras sustancias, especialmente dedicados a jóvenes en escuelas y universidades, que incluyan patrones de comportamiento y jóvenes en el diseño de las campañas.

- VIII. Apoyar el establecimiento de programas de desarrollo comunitario en áreas de alto riesgo y capacitar a las agencias no gubernamentales, especialmente a aquellas que representan a grupos marginales.
- IX. Asegurar un adecuado apoyo profesional y servicios suficientes para aquellas personas que se enfrenten a grandes crisis y violencia, incluyendo guerras, desastres naturales y ataques terroristas, con el fin de prevenir el síndrome de stress postraumático.
- X. Concienciar al personal empleado en sectores relacionados con el cuidado de la salud, respecto a sus propias actitudes y prejuicios hacia el suicidio y hacia los problemas de Salud Mental.
- XI. Monitorizar la Salud Mental relacionada con el trabajo a través del desarrollo de instrumentos e indicadores apropiados.
- XII. Desarrollar la protección y promoción de la Salud Mental en el trabajo, a través del establecimiento del riesgo y del manejo del stress y los factores psicosociales, del entrenamiento del personal y del aumento de la conciencia del problema.
- XIII. Implicar a las agencias responsables de empleo, vivienda y educación en el desarrollo de programas de prevención.

6. Asegurar el acceso a la atención primaria para problemas de Salud Mental.

Objetivos.

Para muchos países de la Región Europea, tanto los médicos como el resto del personal de atención primaria son la fuente inicial de ayuda para los problemas comunes de Salud Mental. Sin embargo, los problemas de Salud Mental a menudo no son detectados en algunos pacientes que acuden a sus médicos de familia o a servicios de atención primaria, y cuando son identificados el tratamiento no es siempre el adecuado. Muchas personas con problemas de Salud Mental, particularmente aquellos que son más vulnerables o están marginados, experimentan dificultad en el acceso y en el contacto permanente con los servicios. Los médicos de familia y los servicios de atención primaria deben desarrollar la capacidad y la competencia para detectar y tratar personas con problemas de salud mental en la comunidad, apoyados siempre, como parte de la red con los servicios especializados de Salud Mental.

Acciones a considerar:

- I. Conseguir que toda la población tenga buen acceso a los servicios de Salud Mental en atención primaria.
- II. Desarrollar servicios de atención primaria con la capacidad de detectar y tratar problemas de Salud Mental, incluyendo depresión, ansiedad, alteraciones relacionadas con el stress, mal uso de sustancias y alteraciones psicóticas, de modo apropiado a través del aumento en el número y en las habilidades del personal de atención primaria.
- III. Proporcionar el acceso a la medicación psicotropa y a las acciones psicoterapéuticas en el área de atención primaria, tanto para alteraciones mentales leves como para las graves, especialmente para aquellos individuos con alteraciones mentales estables y de larga evolución que residan en la comunidad.
- IV. Motivar al personal de atención primaria para el desarrollo de la promoción de la Salud Mental y de las actividades de prevención centrándose especialmente en aquellos factores que determinen o mantengan la enfermedad.
- V. Diseñar y establecer protocolos de tratamiento y derivación en atención primaria, realizando una buena práctica y definiendo de modo claro las respectivas responsabilidades dentro de las redes de la atención primaria y de los servicios especializados en Salud Mental.
- VI. Creación de centros de aptitud y promoción de redes en cada región, que puedan ser consultadas tanto por profesionales, como usuarios, cuidadores y medios de comunicación.

VII. Proporcionar e instaurar el cuidado de la Salud Mental en servicios de atención primaria y otros servicios fácilmente accesibles, tales como centros comunitarios y hospitales generales.

7. Ofrecer a la población con problemas graves de Salud Mental un cuidado efectivo en los servicios de la propia comunidad.

Objetivo.

Se han realizado ciertos progresos en la zona de la región, en la reforma del cuidado de la Salud Mental. Es esencial el reconocer y apoyar los derechos de la población a recibir los tratamientos más efectivos y a ser expuestos al menor riesgo posible, siempre teniendo en cuenta sus deseos y necesidades individuales y de acuerdo con su cultura, religión, sexo y aspiraciones.

La experiencia y la evidencia observadas en muchos países apoyan el desarrollo de una red de servicios basados en la comunidad, que incluyan camas hospitalarias. No hay lugar en el siglo XXI para el tratamiento inhumano y degradante en las enormes instituciones psiquiátricas. un número cada vez mayor de países ha cerrado muchos de sus asilos y están ahora desarrollando servicios basados en la propia comunidad. Deben ser especialmente consideradas las necesidades educacionales, económicas y emocionales de las familias y de los amigos, que a menudo son responsables del apoyo y cuidado continuo y que a su vez precisan de apoyo.

Acciones a considerar:

- I. Capacitar a los usuarios y a los cuidadores, para el acceso a los servicios de Salud Mental y para responsabilizarse de su propio cuidado con la ayuda de aquellos que se lo prestan.
- II. Planificar y establecer servicios especializados en la propia comunidad, accesibles 24 horas al día, siete días a la semana, con personal multidisciplinar, para cuidar a aquellos con problemas graves como esquizofrenia, alteración bipolar, depresión severa o demencia.
- III. Proporcionar ayuda en casos de crisis, ofreciendo servicios en el hogar y el trabajo, intentando prevenir el deterioro y el ingreso hospitalario siempre que sea posible, y sólo ingresando aquellos con necesidades muy importantes o aquellos que suponen un riesgo para ellos mismos o para otros.
- IV. Ofrecer tratamientos efectivos y completos, psicoterapia y medicación con los menores efectos secundarios posibles dentro de la comunidad, particularmente en el caso de jóvenes que experimentan su primer episodio de alteración de la Salud Mental.
- V. Garantizar el acceso a las medicinas necesarias para aquellos con problemas de Salud Mental a un coste tal que pueda ser soportado tanto por el individuo como por el sistema de salud, con el fin de hacer un correcto uso de estos fármacos.

- VI. Desarrollar servicios de rehabilitación que tengan como objetivo mejorar la inclusión social de esta población, y evaluar el impacto de las discapacidades sobre los problemas de Salud Mental.
- VII. Ofrecer servicios para aquellos con problemas de Salud Mental que se encuentran en medios no especializados tales como hospitales generales o prisiones.
- VIII. Ofrecer a las familias y a los cuidadores la valoración de sus necesidades económicas y emocionales y la implicación en los programas de cuidados.
- IX. Diseñar programas para el desarrollo de habilidades y competencias para las familias y los cuidadores.
- X. Comprobar si los programas de beneficencia se hacen cargo del coste económico de la atención.
- XI. Planificar y financiar programas modelo que sean susceptibles de generalización.
- XII. Identificar y apoyar expertos para liderar los cambios.
- XIII. Desarrollar normas para una práctica correcta y controlar su aplicación.
- XIV. Introducir derechos legales para las personas sujetas a cuidado involuntario para elegir su asesor legal independiente.
- XV. Introducir o reforzar la legislación o las reglamentaciones que protejan los estándares del cuidado de pacientes, incluyendo el abandono de las prácticas inhumanas y degradantes.
- XVI. Establecer métodos de inspección para reforzar la buena práctica y para disminuir el abandono y el abuso en el cuidado de la Salud Mental.

8. Establecer relaciones con otros sectores.

Objetivo.

Los servicios esenciales, que en el pasado fueron proporcionados de modo rutinario por grandes instituciones o no fueron considerados como importantes para la vida de las personas con problemas de Salud Mental, son en la actualidad repartidos entre varias entidades. Unas pobres relaciones y una falta de coordinación entre los servicios dirigidos o financiados por diferentes entidades tienen como consecuencia un cuidado escaso, sufrimiento e ineficiencia. Las entidades responsables de tan amplio abanico de servicios necesitan coordinación y liderazgo incluso a nivel gubernamental. Los usuarios y sus cuidadores necesitan apoyo para poder acceder y recibir servicios en temas como beneficencia, vivienda, comida, empleo y tratamiento de alteraciones físicas, incluyendo el abuso de sustancias.

Acciones a considerar:

- I. Organizar servicios de atención y servicios preventivos que den respuesta a las necesidades de los usuarios y en estrecha cooperación con ellos.
- II. Crear redes de colaboración a través de los diferentes servicios que serán esenciales para la calidad de vida de los usuarios y de sus cuidadores, tales como la atención social, la educación, el trabajo, la justicia, el transporte y la salud.
- III. Responsabilizar al personal de los servicios de Salud Mental en la identificación y el apoyo de las necesidades en las actividades de la vida diaria, bien a través de acción directa o a través de coordinación con otros servicios.
- IV. Educar al personal en otros servicios relacionados, sobre las necesidades específicas y los derechos de las personas con problemas de Salud Mental y de aquellos con riesgo de desarrollarlos.
- V. Identificar y modular aquellos obstáculos financieros y burocráticos que dificultan la colaboración, incluso a nivel gubernamental.

9. Creación de un contingente de profesionales competentes.

Objetivo.

La reforma de la Salud Mental demanda nuevas responsabilidades del personal, requiere cambios en valores, actitudes, conocimiento y habilidades. Las prácticas de trabajo de muchos profesionales de la Salud Mental y del personal de otros sectores tales como profesores, trabajadores de la beneficencia, sacerdotes y voluntarios necesita ser modernizada con el fin de ofrecer un cuidado eficiente y efectivo. Los nuevos puestos de trabajo deberán ajustar su perfil a la necesidad de experiencia en todos los campos y tareas que se demanden.

Acciones a considerar.

- I. Reconocer la necesidad de nuevos retos y responsabilidades, tanto en el personal especializado, como en el gran grupo de profesionales del sector sanitario y en otras áreas como la atención social y la educación.
- II. Incluir, la experiencia en medios comunitarios y el trabajo multidisciplinar, en la formación de todo el personal de Salud Mental.
- III. Desarrollar la formación en el reconocimiento, prevención y tratamiento de los problemas de Salud Mental en todo el personal de atención primaria.
- IV. Planificar y financiar en asociación con instituciones educativas, programas que valoren y establezcan las necesidades formación y aprendizaje tanto del personal nuevo como del ya existente.
- V. Promover la incorporación de nuevos profesionales a la Salud Mental y reforzar la permanencia de los ya existentes.
- VI. Asegurar una distribución equitativa de los profesionales de Salud Mental en la población, especialmente entre los grupos de riesgo por medio de un sistema de incentivos.
- VII. Reconocer la falta de experiencia del personal actual en relación con las nuevas tecnologías, y apoyar el establecimiento de los programas "Educa al Educador".
- VIII. Educar y entrenar al personal de Salud Mental acerca de la relación entre la promoción, la prevención y el tratamiento.
- IX. Educar a los profesionales del sector público para reconocer el impacto de sus políticas e intervenciones en la Salud Mental de la población.
- X. Crear un grupo de profesionales expertos, mediante el diseño y establecimiento de un adecuado programa de formación especializada en Salud Mental, para todos aquellos que trabajen en Salud Mental.

XI. Desarrollar actividades de formación especializada en áreas que requieran alto nivel de experiencia tales como el cuidado y tratamiento de niños, ancianos y personas que padecen problemas de Salud Mental y alteraciones por uso de sustancias (comorbilidad).

10. Establecer una buena información sobre Salud Mental.

Objetivo.

Con el fin de desarrollar una buena política y práctica en los países de la zona de la Región la información sobre el estado actual de la Salud Mental y sobre las actividades en Salud Mental ha de ser totalmente accesible. Debe controlarse el impacto producido por el desarrollo de nuevas iniciativas. El estatus de Salud Mental y la tendencia hacia la búsqueda de ayuda de algunas poblaciones, grupos específicos e individuos debe ser medido de modo que permita la comparación en la región europea de la OMS. Los indicadores deben ser estándares y comparables local, nacional e internacionalmente, con el fin de ayudar en la planificación, establecimiento, monitorización y evaluación efectiva de una estrategia basada en la evidencia y de un plan de acción para la Salud Mental.

Acciones a considerar.

- I. Desarrollar o reforzar un sistema de vigilancia nacional basado en indicadores y sistemas de recogida de datos comparables e internacionalmente estandarizados para la monitorización del progreso que se realice en relación a los objetivos locales, nacionales e internacionales de mejora de la Salud Mental y del bienestar.
- II. Desarrollar nuevos indicadores y métodos de recogida de datos para información aún no disponible, incluyendo indicadores de promoción, prevención, tratamiento y recuperación de Salud Mental.
- III. Apoyar la realización de encuestas periódicas sobre Salud Mental basadas en la población, utilizando metodología aceptada en la Región Europea de la OMS.
- IV. Medir los índices basales de incidencia y prevalencia de alteraciones específicas incluyendo factores de riesgo en la población y en los grupos de riesgo.
- V. Controlar los programas, servicios y sistemas ya existentes.
- VI. Apoyar el desarrollo de un sistema integrado de bases de datos a lo largo de la Región Europea de la OMS que incluya información sobre el estado de las políticas sobre Salud Mental, estrategias, establecimiento y desarrollo de la promoción basada en la evidencia, de la prevención, tratamiento, cuidado y recuperación.
- VII. Apoyar la divulgación de la información sobre el impacto de la buena práctica nacional e internacionalmente.

11. Proporcionar financiación justa y adecuada.

Objetivo.

Los recursos dedicados a la Salud Mental a menudo resultan inadecuados y desiguales, si se comparan con aquellos otros disponibles para otras áreas del sector público, y esto se refleja en un peor acceso, abandono, y discriminación. En algunos sistemas sanitarios la cobertura del seguro para el acceso y el derecho a recibir tratamiento muestra una clara discriminación en el caso de los problemas de Salud Mental. La distribución de los recursos dentro del presupuesto para Salud Mental debe ser equitativa y proporcionada, es decir, debe ofrecer mayores beneficios a aquellos que mayores necesidades tienen.

Acciones a considerar:

- I. Esclarecer si la proporción del presupuesto sanitario asignado a Salud Mental refleja de forma justa la necesidad y prioridad de las personas con necesidades.
- II. Asegurar que las personas con aquellos problemas más graves y aquellos más pobres de la sociedad reciban los mayores beneficios.
- III. Establecer si la financiación es asignada de modo eficiente, considerando los beneficios sociales, incluyendo aquellos generados por la promoción, la prevención y el tratamiento.
- IV. Evaluar si la cobertura es completa y justa en los sistemas de seguros privados y públicos y equiparable a la que existe para otros problemas sanitarios, sin excluir ni discriminar ningún grupo y tratando de proteger a aquellos más vulnerables.

12. Evaluar la eficacia .Generar nuevas evidencias.

Objetivo.

Se ha realizado un considerable progreso en la investigación, pero algunas de las estrategias e intervenciones realizadas carecen de una evidencia clara, por lo que es necesaria una mayor inversión; es más, se requiere mayor inversión para la divulgación, ya que la evidencia de acciones efectivas a niveles nacional e internacional no es lo suficientemente conocida ni por aquellos de los que emanan políticas y normativas, ni por los médicos ni por los investigadores. La comunidad investigadora europea necesita colaborar, para establecer los cimientos de las actividades basadas en la evidencia en el ámbito de la Salud Mental. Las principales prioridades en investigación incluyen análisis de las políticas de Salud Mental, evaluación del impacto de políticas genéricas sobre la Salud Mental, evaluación de los programas de promoción de salud Mental, una mayor evidencia para actividades preventivas y nuevos modelos económicos y de servicio para la Salud Mental.

Acciones a considerar:

- I. Apoyar las estrategias de investigación nacional que identifican, desarrollan y establecen la mejor práctica para evaluar las necesidades de la población, incluyendo los grupos de riesgo.
- II. Evaluar el impacto de los sistemas de Salud Mental a lo largo del tiempo y aplicar las experiencias obtenidas para la formulación de nuevas prioridades y de la investigación necesaria.
- III. Apoyar la investigación que facilite el desarrollo de programas preventivos dirigidos a la población general incluyendo grupos de riesgo. Se necesita profundizar en el estudio de las interrelaciones existentes entre diversos problemas mentales, físicos y sociosanitarios para la planificación de programas de prevención efectivos.
- IV. Promocionar la investigación enfocada a estimar los impactos de la salud en otras políticas del sector no sanitario, dado que existe una clara posibilidad de mejora de la Salud Mental a través de tales políticas.
- V. Crear un puente de conocimiento entre la investigación y la práctica a través de la colaboración y de las relaciones entre investigadores, políticos y médicos, mediante el acceso a seminarios y publicaciones.
- VI. Procurar que los programas de investigación incluyan evaluaciones a largo plazo del impacto no sólo sobre la Salud Mental sino también sobre la salud física, así como los efectos económicos y sociales.
- VII. Establecer relaciones estables entre los médicos y los investigadores para la aplicación y evaluación de nuevas acciones o de las ya existentes.

- VIII. Realizar inversiones en actividad investigadora en el campo de la Salud Mental en otras disciplinas académicas, incluyendo antropología, sociología, psicología, y economía, y crear incentivos para estas relaciones académicas a largo plazo.
- IX. Ampliar la colaboración europea en investigación de Salud Mental a través del aumento de las redes entre los centros europeos colaboradores de la OMS y otros con actividades de investigación en el campo de la prevención.
- X. Invertir en la colaboración regional en temas informativos y en la divulgación de los mismos, con el fin de evitar la duplicación de información y el desconocimiento de aquellas actividades que sí han resultado relevantes y exitosas.

SALUD MENTAL PARA EUROPA, ENFRENTAR LOS RETOS

Hitos

Los Estados Miembros se comprometen, por medio de la Declaración sobre Salud Mental para Europa y su Plan de Acción, a aceptar los siguientes objetivos a realizar entre 2005 y 2010:

1. Preparar normativas y desarrollar actividades para luchar contra la estigmatización y discriminación y promover el bienestar mental, incluyendo los ambientes escolares y los lugares de trabajo;
2. Analizar el impacto de las políticas públicas en la Salud Mental;
3. Incluir la prevención del suicidio y de los problemas de Salud Mental en las políticas nacionales;
4. Desarrollar servicios especializados capaces de afrontar los retos concretos que suponen los jóvenes, los ancianos y las patologías específicas de género;
5. Priorizar los servicios que se centren en problemas de Salud Mental de grupos marginados y vulnerables incluyendo problemas de comorbilidad, es decir, aquellos problemas de Salud Mental que se asocian con otros problemas tales como la enfermedad física y el mal uso de sustancias;
6. Desarrollar relaciones para el trabajo intersectorial y detectar aquellos obstáculos que impiden el trabajo conjunto;
7. Habilitar los recursos humanos suficientes para disponer de un grupo de profesionales de la Salud Mental competente;
8. Definir un grupo de indicadores de los determinantes y la epidemiología de la salud mental, útiles para el posterior diseño y desarrollo de servicios en relación con otros Estados Miembros;
9. Establecer una financiación, regulación y legislación sanitaria que sea equitativa y que incluya a la Salud Mental;
10. Terminar con el trato inhumano y degradante y promulgar la legislación sobre los derechos humanos y sobre la Salud Mental para que cumpla con los estándares de las Convenciones de la Naciones Unidas y de la legislación internacional;
11. Aumentar el nivel de inclusión social de las personas con problemas de Salud Mental;
12. Promover la representación de usuarios y cuidadores en comités y grupos responsables del diseño, desarrollo, revisión e inspección de las actividades de Salud Mental.