



Día Mundial de la Salud Mental

10 de octubre

En el Día Mundial de la Salud Mental, el Colegio Oficial de la Psicología de Madrid defiende la mejora de los servicios de salud mental accesibles y de calidad para toda la ciudadanía mediante la adopción de medidas que impulsen el desarrollo de propuestas organizativas y de recursos que garanticen una adecuada respuesta a un reto incuestionable e inaplazable.

El 10 de octubre se celebra el Día Mundial de la Salud Mental, fecha impulsada por la Federación Mundial para la Salud Mental (WFMH) que cuenta con el apoyo de la Organización Mundial de la Salud (OMS). El lema de este año es “Atención de salud mental para todos: hagámosla realidad”, que pretende concienciar de la importancia de la inversión en salud mental a nivel global, puesto que afecta a un gran número de personas, y de la necesidad de contar con servicios de salud mental públicos de calidad.

Según la OMS, 1 de cada 4 personas tiene o tendrá algún problema de salud mental a lo largo de su vida; 1 de cada 100 muertes que ocurren es por suicidio, siendo la primera causa de muerte en personas de 15 a 29 años. En España, 1 de cada 100 menores de 0 a 14 años presenta algún problema de salud mental (última Encuesta Nacional de Salud de 2017, Ministerio de Sanidad y Política Social, 2019), y el suicidio fue la primera causa de muerte externa en 2020 (Instituto Nacional de estadística).

El Colegio Oficial de la Psicología de Madrid quiere recordar que detrás de estas cifras hay personas que presentan un malestar que se puede prevenir y tratar, y que la intervención en salud mental es responsabilidad de acciones conjuntas de toda la sociedad.

Este año el Día Mundial de la Salud Mental llega con varias noticias esperanzadoras:

Por primera vez en nuestro país en el Congreso de los Diputados se ha aprobado desarrollar una Ley General de Salud Mental. Esta ley destaca la importancia de la atención integral a la salud mental de los ciudadanos. Además, propone alcanzar los niveles de Europa en la ratio de psicólogos que dan atención psicológica a la población: 18/100000 habitantes. La Comunidad de Madrid cuenta con 4,3 psicólogos especialistas en psicología clínica por 100000 habitantes, dato incluso por debajo de la media de España que es de 6.

Para poder alcanzar estas cifras y dar una respuesta de calidad, es indispensable incrementar las plazas de formación especializada, así como las plazas de psicólogos especialistas en el conjunto del Sistema Nacional de Salud. Las 204 plazas de Especialistas en Psicología Clínica de la última convocatoria son escasas para cubrir la demanda y necesidades de la ciudadanía. Asimismo, es fundamental la creación de nuevas especialidades, como la Especialidad de Psicología Clínica de la Infancia y la Adolescencia.

En este sentido, el Colegio Oficial de la Psicología de Madrid lamenta que el Ministerio de Sanidad y Política Social el de 3 agosto de 2021 haya aprobado la Especialidad de Psiquiatría Infantil y de la Adolescencia, pero no la Especialidad de Psicología Clínica de la Infancia y la Adolescencia. La nueva Especialidad de Psiquiatría, que se prevé convocar el próximo año, “promoverá la detección e intervención temprana de trastornos mentales y del neurodesarrollo”, es decir, “pretende mejorar las vías de desarrollo psicológico sano desde la primera infancia interviniendo de forma precoz en los trastornos de salud mental de niñas, niños y adolescentes, evitando, en la medida de lo posible, su progresión a la etapa adulta... También pretende optimizar el uso de psicofármacos, reducir su uso cuando éste no sea necesario y potenciar el uso de técnicas terapéuticas no farmacológicas”. El Colegio Oficial de la Psicología de Madrid quiere señalar que estos objetivos sólo se podrán lograr con la creación de la Especialidad de Psicología Clínica de la Infancia y la Adolescencia. Por lo que considera que su aprobación no puede seguir dilatándose.

Antes que finalice el año, está prevista la aprobación de un Plan de Acción de Atención Primaria a nivel nacional, “como expresión de un amplio consenso y con la convergencia de iniciativas que ya han puesto en marcha las Comunidades Autónomas”. El Colegio Oficial de la Psicología de Madrid espera que entre estas iniciativas se incluya la consolidación normativa, orgánica y funcional, así como el incremento de profesionales especialistas de psicología clínica en la Atención Primaria. Recordemos que desde 2018 la Comunidad de Madrid cuenta con 21 profesionales de psicología clínica dentro del Proyecto de Implantación de la Unidad de Psicólogos Clínicos en los Centros de Salud del Servicio Madrileño de Salud. Esta experiencia ha demostrado sobradamente su eficacia, aunque el número de profesionales resulta insuficiente si se quiere mantener el papel integrador y preventivo de la Atención Primaria.

Las intervenciones psicológicas en salud mental han demostrado su rentabilidad coste-beneficio, solas o en combinación con otros tratamientos, como señala un reciente informe publicado por la OMS.

Por todo ello, cada vez más se hace imprescindible la creación de Servicios de Psicología Clínica, para organizar y gestionar la atención psicológica en los diferentes niveles asistenciales de salud mental, desde atención primaria, atención especializada y atención hospitalaria.

Sin perjuicio de otros de importancia indudable, es en este contexto donde se ubica, como elemento especialmente significativo en salud mental, el abordaje de la prevención del suicidio como problema nuclear de salud pública y, sin duda, un reto incuestionable de nuestra sociedad. Este año el Colegio Oficial de la Psicología de Madrid ha querido visibilizar y concienciar sobre esta problemática a través del Programa “Hablemos de Suicidio”: <https://www.copmadrid.org/web/el-colegio/hablemos/suicidio>

En definitiva, porque “no hay salud sin salud mental” según la OMS, tampoco hay salud mental sin profesionales de la Psicología. En el día mundial de la salud mental, el Colegio Oficial de la Psicología de Madrid defiende la mejora de los servicios públicos de salud mental accesibles y de calidad para toda la ciudadanía.