NUEVO CONCEPTO DE SALUD MENTAL

REFLEXIONES GENERALES PARA UN MODELO COMUNITARIO DE SALUD MENTAL Y UNA POLITICA PÚBLICA EN SALUD MENTAL

Marco teórico:

El eje conceptual y de operación del presente modelo se estructura desde la implementación, desarrollo y dinamización de los procesos comunitarios cohesionadores del tejido social, en el marco de los derechos humanos, la construcción de ciudadanía y la consolidación de la democracia.

El modelo se materializa en la propuesta de creación de los "Centros para la Vida" con los que se pretende articular e integrar los centros comunitarios de salud mental, los dispositivos de intervención comunitaria, el sector salud y otros sectores y actores sociales, así como las formas sociales instituidas (familia-escuela-sitios de trabajo- sitios de reunión y de diversión-matrimonio-uniones libres-diversidad sexual-sufrimientos-violencias-historia-cultura-sexualidad-amor-solidaridades-soledades-salud-salud mental-vida) que existen en todas las comunidades, tienen vida propia y constituyen el espacio de las actividades comunitarias en su componente sociopolítico y simbólico.

CONCEPTO DE SALUD MENTAL:

Historia:

El concepto de Salud Mental surge en el siglo XIX estrechamente ligado al nacimiento de la psiquiatría como disciplina médica. Es decir, que no es un concepto producto de opiniones de expertos, sino producto de situaciones sociales e históricos en épocas determinadas.

En este sentido, los conceptos evolucionan a través del tiempo y cambian de acuerdo con las nuevas realidades políticas, sociales y económicas de las sociedades. Para el caso de la Salud Mental, estos cambios conllevan la producción de nuevas normatividades, formas de vivir y nuevas visiones del mundo. Podemos afirmar que las transformaciones sucesivas de este concepto hasta nuestros días, dan cuenta de las transformaciones sociales del siglo XX y lo que va del siglo XXI.

Vale la pena dar una mirada panorámica a este proceso para poder aprehender de manera más profunda la importancia que tiene este concepto para la formulación de las políticas y la construcción de estrategias válidas que tengan una verdadera incidencia en la Salud mental de las comunidades, y en especial porque la implementación del modelo propuesto necesita crear un concepto de Salud mental acorde con la filosofía del proyecto.

La concepción clásica de la salud en general (Leriche) considera que sólo percibimos la salud cuando caemos enfermos, es decir, en el momento preciso en que la perdemos. Cuando la enfermedad aparece y es claramente identificada, se establece el límite de lo que fue el estado de salud de la persona. El silencio de los órganos es remplazado por el ruido de la patología presente. Este concepto de salud está referido a la patología orgánica.

Unos años más tarde el filósofo Canguilhem le agregaba un elemento suplementario al concepto de salud en función de la reacción de los individuos afectados por la enfermedad: "La medida de la salud es una cierta capacidad para superar las crisis orgánicas con el fin de instaurar un nuevo orden fisiológico, diferente del antiguo". Hay en esta concepción una idea de la salud como un movimiento dinámico creador de nuevos equilibrios y no el simple retorno a un estado anterior (Canguilhem. J, *La Connaissance de la vie,* J. Vrin, 1989, p. 167). En estas elaboraciones conceptuales la salud sólo se puede definir con relación a la enfermedad. El lazo entre la enfermedad y la salud es resolutivo: es necesario esperar la respuesta que el individuo le da a la enfermedad. El concepto de salud desde la perspectiva del modelo médico, tiene una estrecha relación con la enfermedad. La una no va sin la otra.

En 1948, la OMS en la ceremonia de su constitución, da su definición de la Salud: "La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, esta no reside únicamente en la ausencia de enfermedades o de incapacidades". Estamos ante la presencia de una nueva concepción de la salud y por ende, de una nueva normatividad: "El estado de bienestar". En otros términos, la ausencia de enfermedad no es suficiente para definir la salud. El "completo bienestar" es este nuevo concepto, esta nueva significación de la salud, y por esto mismo es el origen de nuevas normas. Lo "mental" aparece unido al bienestar. Este nuevo concepto coincide con las propuestas de la economía del bienestar impulsadas por Arthur Pigou y en 1947 por Paul Samuelson (Samuelson, P, *Foundations of economic analysis,* Cambridge, Harvard University press. 1947, p. 447). No se trata de una simple coincidencia; lo que en la sociedad, en el mundo económico empieza a cambiar, afecta todo el conjunto de las representaciones y significaciones sociales.

Según la definición de la OMS, el bienestar está ligado a las tres dimensiones de lo físico, lo psíquico-mental- y lo social; estratos cuya complejidad condensan la existencia de la persona. El término "completo" es el horizonte posible y necesario a alcanzar para poder afirmar que se está en buena salud. Esta definición de la salud no es la formulación de una utopía, o una aspiración ilusoria; se trata de algo realmente alcanzable y este es el espíritu de las normas que los gobiernos y las políticas de salud deben implementar.

La carta de Ottawa, escrita en 1986, en el marco de la primera conferencia para la promoción de la salud, confirma la hipótesis de una salud globalizada en donde el estado de completo bienestar es una perspectiva alcanzable. La idea del bienestar

completo, en los decenios siguientes, se convierte en uno de los conceptos fundamentales de la Salud mental: “Para alcanzar un estado de completo bienestar físico, mental y social, el individuo, o el grupo, debe identificar y realizar sus ambiciones, satisfacer sus necesidades y evolucionar con su medio o adaptarse a éste. La salud es percibida como un recurso de la vida cotidiana y no como la meta última de la vida: Es un concepto positivo que pone el acento en los recursos sociales y personales y en las capacidades físicas. La promoción de la salud no compete sólo al sector salud: este no se limita sólo a preconizar la adopción de modos de vida saludable; su ambición es el *completo bienestar del individuo”* (subrayado nuestro).

Como se puede fácilmente apreciar, el concepto de salud en exceso saturado de positividad se puede volver una norma impositiva y contraproducente; además la idea de bienestar total está referida a la adaptación a las condiciones sociales, y no a su transformación. Desde el punto de vista de las políticas de salud, la meta no se limita a la lucha contra las enfermedades: es el bienestar y la felicidad lo que se persigue. La felicidad deja de ser un asunto personal, para convertirse en una política del Estado.

A partir de esta nueva conceptualización de la salud, en los decenios posteriores va a aparecer un concepto de salud mental ligado a la idea de bienestar completo: “La Salud Mental, es un estado de bienestar en la cual una persona puede realizarse, superar las tensiones normales de la vida, hacer un trabajo productivo y contribuir a la vida de su comunidad. En ese sentido positivo, la Salud Mental es el fundamento del bienestar del individuo y del buen funcionamiento de una comunidad” (OMS “La salud mental: reforzar nuestra acción” septiembre de 2010). La salud mental empieza a ser dominante y se extiende no sólo a la persona, sino también a la sociedad. La salud mental busca articular la persona y su individualidad con el campo de trabajo y la comunidad. En este mismo año la OMS amplía el concepto de Salud Mental: “Una persona en buena salud mental es una persona capaz de adaptarse a las diferentes situaciones de la vida, hecha de frustraciones y de gozos, de momentos difíciles a atravesar o de problemas a resolver. Una persona en buena salud mental es pues alguien que se siente suficientemente en confianza para adaptarse a una situación que no puede cambiar. Esta persona vive su cotidianidad libre de miedos y de heridas antiguas que podrían contaminar su presente y perturbar su visión del mundo. Alguien con buena salud mental es capaz de sentir placer en las relaciones con los otros. Poseer una buena salud mental, es llegar a un estado de equilibrio entre todos los aspectos de su vida física, psicológica, espiritual social y económica. No se trata de un estado estático, es ante todo algo que fluctúa sobre un continuum”.

Esta una nueva significación de la salud mental, con visos poéticos, termina promocionando la perfección del individuo: un ideal de sujeto sano donde se ve claramente expuesto que hay una modificación de la vida y la existencia de los seres humano con una pretensión ilusoria: evacuar del concepto de salud mental el

componente de angustia, de sufrimiento psíquico, de tragedia, de frustración, de miedo, de heridas, de traumas, de dificultades. Ideal de ser humano sano y perfecto que se lograría simplemente con tener "fuerza de voluntad"; las intervenciones psicoterapéuticas quedarían reducidas a promover esta fuerza, especie de control de sí mismo, de sus emociones, de sus sentimientos frente a "situaciones que no se pueden cambiar". Se trata de una nueva forma de higienismo en el campo de la salud mental. Una concepción que olvida que el sentido de la vida de los seres humanos incluye sus emociones y todos ellas contribuyen a reorganizar el mundo de cada persona. Sería absurdo y lesivo que frente a la experiencia de un duelo no se pueda sentir tristeza, desolación, desespero, deseos de no hacer nada, porque estas emociones son negativas que "contaminan su presente y perturban su visión del mundo". Son justamente estas emociones las que protegen la persona de salidas catastróficas frente a los eventos adversos de la vida. Este nuevo concepto de salud mental es una verdadera negación de la condición humana.

El problema con esta nueva significación de la salud mental, es que **ese tipo de individuo no existe, ni es posible, se trata en esencia de una fantasía,** que paradoxalmente no produce salud mental, sino más frustración y sensación de impotencia e incapacidad. El sufrimiento psíquico y social está enraizado en la imposibilidad de cumplir este mandato ilusorio de "bienestar y felicidad total".

Estas son las argumentaciones que nos llevan a proponer un concepto de salud mental acorde con el modelo propuesto: en el marco conceptual planteado para el modelo comunitario de salud mental, el concepto de Salud Mental es una propuesta de salud mental comunitaria concebida como un proceso de transformación político y social que busca incidir sobre los determinantes de la salud productores de sufrimiento psíquico y social, y patología mental; mediante la inclusión e integración individual y colectiva. El nuevo sentido no busca un ideal de perfección y armonía imposibles de lograr (ni siquiera deseables), sino la transformación social e individual en un proceso siempre en acto, cuya base es la integración y cohesión social, los derechos humanos, la solidaridad comunitaria, la creación de ciudadanía, y la autonomía de los ciudadanos. Se trata de un modelo con un contenido fundamentalmente político.

Este modelo comunitario de salud mental trabaja con comunidades reales y sus especificidades propias, con estrategias de intervención relacionales, o en otros términos, con un modelo de intervención que privilegia las relaciones interhumanas, no de poder, entre los diferentes actores comunitarios, con el objetivo de crear una dimensión de acogimiento del sufrimiento psíquico y social, fundamentado en relaciones de confianza, reciprocidad, respeto y de compartir (no jerarquizadas) con tiempos de reflexión colectiva para abrir espacios de creatividad y de transformación individual y social. Este modelo relacional conduce a intervenciones psico-sociales que si bien reconocen la validez del modelo médico psiquiátrico tradicional, no se deja reducir a este, al introducir nuevos criterios de intervención ligados a las formas de hacer propias de las comunidades. El modelo replantea y

dimensiona la idea de bienestar refiriéndolo a la complejidad de la vida humana: Vivir bien, o el “buen vivir” no es una idealización de seres humanos inexistentes, sino una propuesta de trabajo que busca una vida con sentido, sin despreciar la condición humana. La promoción dela vida, de la vida que el ser humano desea vivir y construir, abre la pregunta sobre la sociedad en que se quiere vivir esa vida. La Vida como base de un nuevo concepto de Salud Mental, engloba y subordina la psicopatología y la idea misma de búsqueda de la salud; y crea una nueva dimensión, un nuevo espacio del hacer-vivir humano.

EL SUFRIMIENTO PSIQUICO Y SOCIAL:

Esta es una nueva categoría creada en la situación social contemporánea, estrechamente ligada al nuevo concepto de Salud Mental. No se trata de hacer una separación artificial entre una “salud mental negativa” (las enfermedades mentales), una “salud mental positiva” (el “bienestar total”), y el sufrimiento psíquico y social. En la antigua concepción de la salud mental, esta estaba asociada a la presencia o ausencia de enfermedad mental, y el sufrimiento psíquico era un aspecto o un producto de la de la enfermedad mental (esto sigue siendo cierto: la enfermedad mental produce sufrimiento); pero en la nueva significación de la salud mental, la situación se invierte, es el sufrimiento psíquico y social una condición que está en la base de las nuevas patologías mentales individuales y sociales: estados depresivos mal definidos, estrés post-trauma, violencias (intrafamiliar, abuso sexual, maltrato infantil, acoso escolar y familiar, violencia de género), problemas obsesivos compulsivos, ataques de pánico, consumo masivo de drogas psicoactivas (incluso en la escuela, en el trabajo, en la familia, para “aumentar o mejorar” las capacidades), y también el surgimiento de nuevas adicciones: al juego, al sexo, al trabajo, a internet, a consumir, la ansiedad y la angustia difusa, las impulsiones suicidas y violentas (cada vez más visibles en niños, niñas y adolescentes, con violencias contra el cuerpo: escarificaciones, cortaduras, asfixia provocada, conductas de alto riesgo); el síndrome de fatiga crónica, las fibromialgias, el estrés, los dolores crónicos inmanejables, las conductas sociopáticas…para sólo mencionar las más evidentes. Nuevas patologías que son formas de expresión del sufrimiento psíquico y social en sociedades de alta competitividad y desigualdad social, donde se promueve la autonomía, el control de sí mismo, la libertad de decir y hacer, sin que las sociedades brinden las condiciones adecuadas para que esto sea posible en la realidad efectiva. La propuesta de ser autónomos, cuya validez y actualidad son fundamentales para las afirmaciones valorativas de las personas, termina convirtiéndose en una frustración, en la culpabilización y exclusión de los llamados frágiles, vulnerables o incapaces, que han dilapidado su “capital salud” o no ha sabido “gerenciar óptimamente” su vida.

Este sufrimiento psíquico y social, se manifiesta como quejas constantes, malestar general indefinido, o síntomas psíquicos de enfermedad mental (sin que necesariamente sean una enfermedad mental); de allí que la única forma de aprehender el fenómeno es con la utilización de indicadores clínicos: El sufrimiento

psíquico y social se expresa en formas psicopatológicas, creándose así nuevas formas que no se dejan clasificar, pero que expresan el profundo malestar y el sufrimiento de grandes capas de la población. El sufrimiento psíquico y social es una nueva forma que replantea las concepciones tradicionales de fenómeno mental. Es la sociedad la que irrumpe y se vuelve una condición necesaria para pensar la salud mental.

En la categoría del sufrimiento psíquico y social debemos incluir otra forma que empieza a manifestarse: la apatía social e individual, que no se podría caracterizar como una depresión, sino como una incapacidad-imposibilidad psíquica de expresar el sufrimiento; especie de anestesia e indiferencia que aísla y desintegra el individuo y la sociedad.

Jose Malaver MD

PHD Filosofía y Psicoanálisis Paris 8

Psiquiatría institucional y comunitaria Francia.

Bibliografía:

1. Bellahsen M. “La Santé Mentale”. La Fabrique Ed. 2014, Paris, France.
2. Del Cueto Ana María, “La Salud Mental Comunitaria”. FCE, 2014, Buenos Aires, Argentina.
3. Malaver J, “Salud Mental y Psiquiatría Social Comunitaria”, Ensayo. 2014. En línea.
4. Nussbaum Martha, “Crear capacidades”. Paidós Ed, 2017 reedición, Barcelona (España).