

# Salud Mental en **atención primaria**



## Breve presentación

Los trastornos mentales, neurológicos y por uso de sustancias constituyen el 14% de la carga de enfermedad. Entre 75–90% de las personas con estos trastornos no recibe el tratamiento necesario a pesar de que existe un tratamiento efectivo, esto representa la brecha en salud mental. **Los problemas de salud mental comunes pueden ser manejados desde la atención primaria.**

El Programa de acción para superar las brechas en salud mental (mhGAP por sus siglas en inglés) tiene por objetivo atender las necesidades no satisfechas de las personas con trastornos mentales, neurológicos y por uso de sustancias en servicios de salud no especializados.

La estrategia de integración de salud mental en atención primaria de salud apuesta por un nuevo modelo de salud mental integral e integrado, accesible y de calidad, desde un enfoque de redes de servicios de salud, facilitado por la coordinación y referencia, el monitoreo y el apoyo desde el nivel especializado.

El abordaje de la salud mental en atención primaria se basa en un enfoque comunitario que pone el énfasis en la promoción, la prevención, la participación social, la organización de servicios de salud y el enlace con otros servicios y la recuperación de las personas en su entorno. Propone una transición de la reclusión de las personas con problemas mentales en hospitales psiquiátricos, hacia una atención digna y de calidad en la comunidad. Esto es a lo que hace referencia el proceso de **desinstitucionalización**.

La atención orientada a la recuperación hace hincapié en el empoderamiento de las personas para que gestionen sus propias vidas. Implica apoyar a las personas para que encuentren esperanza, desarrollen autoestima y resiliencia, establezcan relaciones saludables, recuperen la independencia y vivan una vida que tenga significado para ellas.

## Principios transversales para la integración de salud mental en la atención primaria



### Cobertura sanitaria universal

Promoviendo así que todas las personas tengan acceso a servicios de salud que necesitan, sin que su uso las exponga al riesgo de dificultades financieras



### Derechos humanos

Para promover los derechos y defender la dignidad de las personas con problemas de salud mental



### Prácticas basadas en la evidencia científica



### Enfoque de curso de la vida y centrado en las personas



### Enfoque multisectorial

En alianza entre los sectores de la salud, la educación, la protección, la justicia y el sector privado entre otros



### Empoderamiento

de las personas con trastornos mentales y discapacidades psicosociales a través de su inclusión en la toma de decisiones sobre la atención y los servicios

## Requisitos esenciales

Para crear servicios de atención de salud mental en atención primaria se requiere de:

- **Compromiso político** para la planificación descentralizada, la ampliación de los servicios de salud, el fortalecimiento de los recursos humanos existentes y la redistribución e incremento de la inversión económica.
- Un **modelo de redes integral e integrado de servicios de salud**. Asegurar la disponibilidad y coordinación de servicios y recursos de salud mental en los diferentes niveles de la red de servicios.
- La atribución de **responsabilidades al personal de salud de entornos no especializados** para la atención en salud mental.
- Programas de **desarrollo de capacidades** de los recursos humanos en salud.
- Normativas que permitan la **disponibilidad continua de psicofármacos esenciales** en el primer nivel de atención.
- Asegurar un **mínimo de indicadores clave con datos del primer nivel de atención** como parte del sistema de información en salud que permitan monitorear los avances.



## Indicadores de éxito

- Aumento en el número de establecimientos de atención primaria que proveen un paquete de intervenciones esenciales en salud mental.
- Aumento del número de personas diagnosticadas en servicios de atención primaria con diagnósticos de trastornos mentales, neurológicos y por uso de sustancias.
- Aumento del porcentaje de personas con trastornos mentales, neurológicos y por uso de sustancias atendidas por proveedores de salud no especializados capacitados que reportan disminución de síntomas.



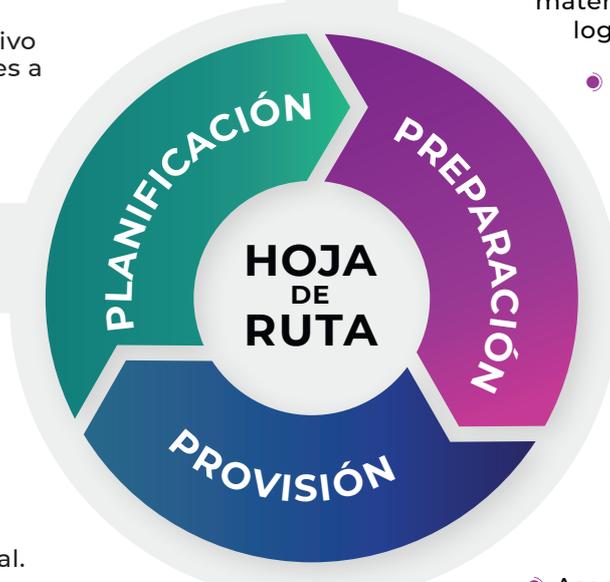
- Creación de un equipo operativo del mhGAP con actores clave.
- Análisis situacional sobre la prevalencia y carga de los problemas de salud mental, la capacidad de servicios y de personal disponible y brecha de tratamiento.
- Desarrollo de un plan operativo que incluya todas las acciones a realizar, con personas responsables y financiamiento asignado.



- Adaptación de los diferentes componentes del paquete mhGAP al contexto sociocultural local.
- Realización de un plan de capacitaciones a proveedores de salud que incluya materiales, personas a capacitar, logística y modalidad.
- Plan para supervisión clínica que incluya modalidad y herramientas.
- Creación de un sistema de monitoreo con indicadores, herramientas, responsables y frecuencia.
- Fortalecimiento de los sistemas de referencia y contra referencia entre los diferentes niveles de atención de salud y entre sectores.



- Prestación de servicios de salud mental en los establecimientos de atención primaria, de forma coordinada y complementaria con los niveles de atención especializada en salud mental.
- Integrar acciones de promoción y prevención en salud mental.
- Acciones de sensibilización sobre salud mental tanto para personal de salud, tomadores de decisiones como para las comunidades.



- Aseguramiento del acceso y la disponibilidad continua de tratamiento psicofarmacológico e intervenciones psicológicas.
- Establecer mecanismos para la disponibilidad de tiempo en consultas de atención en salud mental.

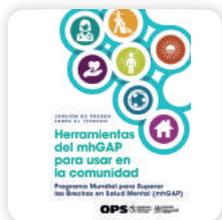
## COMPONENTES



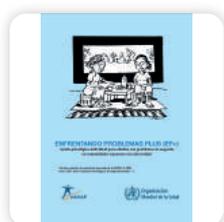
Guía de intervención mhGAP 2.0



Guía mhGAP Humanitario



Herramientas de mhGAP para usar en la comunidad



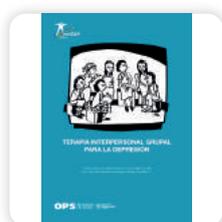
EP+



EP+ grupal



Pensamiento saludable



Terapia interpersonal grupal (IPT)

## CURSOS

Adicionalmente otros cursos con tutoría se organizan regularmente para los países.



MhGAP humanitario



Supervisión



Estigma



Prevención de la autolesión y el suicidio: empoderamiento de los profesionales de atención primaria de salud

## OTROS RECURSOS



Manual operativo

**Más información**  
<https://www.paho.org/es/temas/salud-mental-atencion-primaria>

