

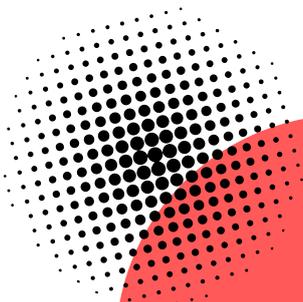


GUIA DE CAPACITACION MONUUNQ 2024

ASAMBLEA GENERAL

Tópico: Salud mental y apoyo psicosocial

Subtópico: Impacto en las juventudes



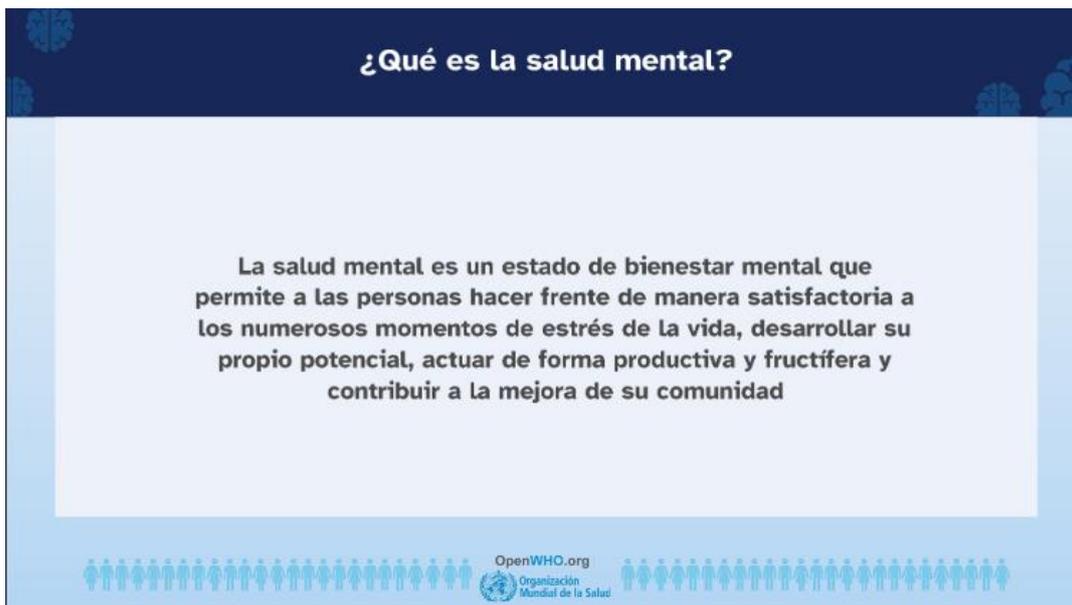
Universidad
Nacional
de Quilmes
Extensión

GUÍA DE CAPACITACIÓN – ASAMBLEA GENERAL DEL XVI MONUUNQ

Elaborada por las autoridades del órgano: Solís Esmeralda, Mereles Gabriel y Cóceres Noa.

Tópico: Salud mental y apoyo psicosocial

Subtópico: Impacto en las juventudes



Algunas definiciones preliminares

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la **salud mental** como un estado de bienestar en el cual cada persona puede desarrollar su propio proyecto de vida, afrontar las situaciones de la vida, trabajar de manera productiva y, de esa manera, generar algún aporte a la sociedad. Por su parte, la noción de **apoyo psicosocial** refiere, según la OMS, a "cualquier tipo de apoyo local o externo cuyo objetivo es proteger o promover el bienestar psicosocial y/o prevenir o tratar los trastornos de salud mental".

Desde hace algunos años, distintos organismos internacionales impulsan la inclusión de la salud mental en la **cobertura sanitaria universal**. Ésta cobertura sanitaria universal está contemplada en los Objetivos de Desarrollo Sostenible, que la comunidad internacional se ha propuesto de cara al ya cercano año 2033. Las metas relacionadas con el Objetivo N° 3 “Salud y Bienestar”, se refieren a la capacidad de los países para garantizar que todas las

personas reciban la atención de salud que necesiten, de forma inmediata y sin tener que afrontar luego dificultades financieras. Sin embargo, la pandemia del COVID-19 ha dejado en evidencia lo lejos que aún se encuentran los Estados de alcanzar ese objetivo.

¿De qué hablamos cuando hablamos de salud mental?

De la misma manera que la salud no es sólo ausencia de enfermedad, la salud mental no sólo implica la ausencia de trastornos. Contempla el bienestar emocional, psicológico y social. Su afectación puede darse de formas distintas en cada individuo: trastornos mentales, discapacidades psicosociales, estados mentales con alto grado de angustia, discapacidades funcionales, riesgo de autolesión y trastornos relacionados.

¿Qué aspectos de la vida pueden involucrar nuestra salud mental?

En algunas ocasiones, las afectaciones a la salud mental se producen por factores exclusivamente biológicos. Sin embargo, esta no es la única razón por la que se puede ver deteriorada la salud mental; también inciden en ella los factores psicológicos individuales, como es el desarrollo de las habilidades emocionales. Además, las conductas individuales pueden dañarla, como el abuso de sustancias. No obstante, nuestra salud mental puede ser afectada por cuestiones sociales y del entorno individual, tales como la pobreza, la violencia, la desigualdad y la degradación del medio ambiente.

La OMS define **los determinantes sociales de la salud** como “las circunstancias en que las personas nacen, crecen, trabajan, viven y envejecen”, incluido el conjunto más amplio de fuerzas y sistemas que influyen sobre las condiciones de la vida cotidiana, como sistemas económicos, programas de desarrollo, normas y políticas sociales, y sistemas políticos. Estas condiciones pueden ser altamente inequitativas y dar lugar a diferencias en los resultados en materia de salud.

¿De qué hablamos cuando hablamos de salud mental Y apoyo psicosocial?

La expresión “salud mental y apoyo psicosocial” (SMAPS) se empieza a usar sistemáticamente de esa manera a partir de la publicación de la [Guía del IASC](#), entendiéndose que abarca dos aspectos:

- **proteger** o **promover** el bienestar psicosocial, y

- **prevenir o tratar problemas** de salud mental.

La decisión de aunar ambos conceptos tiene que ver con que los esfuerzos realizados desde sistemas de salud suelen hablar de “salud mental” mientras que los organismos de asistencia ajenos al sector salud hablan de “apoyo al bienestar social”, “rehabilitación psicosocial” y “tratamiento psicosocial”. Dado que la guía en cuestión apuntaba a la intersectorialidad, eligió la expresión SMAPS para referirse a todos esos esfuerzos en sentido amplio y promoviendo el uso de enfoques diversos y complementarios.



En el plano internacional

Dado que durante el desarrollo del Modelo de Naciones Unidas MONUUNQ vamos a representar las voces oficiales de distintos países ante la Asamblea General de las Naciones Unidas (AGNU), es importante revisar:

- cómo se ha pronunciado la AGNU sobre este tópico;
- cómo se ha manifestado el gobierno del país a representar en esos debates;
- qué compromisos asumió la delegación a representar, si los cumple o no y qué dificultades encuentra;

- si hay documentos realizados por el Estado a representar en colaboración con algún organismo de Naciones Unidas (como la OMS o UNICEF por ejemplo).

La última **resolución de Naciones Unidas** sobre este tópico es la [A/RES/77/300](#) (junio 2023) y es lo que ya acordaron los distintos integrantes de la AGNU anteriormente. Resulta necesario que todas las delegaciones consulten y tengan presente la Resolución 77/300 (que pueden descargar de Internet) puesto que el debate del MONUUNQ debe continuar, lógicamente, lo que ya se ha trabajado en la Asamblea General, sin repetir ni contradecir los acuerdos que previamente se gestaron en las Naciones Unidas. También es una buena referencia para tener en cuenta qué tipo de argumentos son apropiados en una conferencia de éstas características.

Los documentos oficiales de las Naciones Unidas pueden buscarse, entre otros lugares, en los siguientes sitios:

- <https://documents.un.org/>
- <https://digitallibrary.un.org/>

El 10/10 de cada año se celebra el Día Mundial de la Salud Mental. En ocasión de ello, el año pasado el Secretario General de las Naciones Unidas, Antonio Guterres, pronunció las siguientes palabras que consideramos son un buen disparador para reflexionar sobre este tópico:

La salud mental es vital para la humanidad, ya que nos permite llevar una vida plena y contribuir plenamente a nuestras comunidades. Sin embargo, una de cada ocho personas en todo el mundo padece una enfermedad mental, y las mujeres y los jóvenes se ven afectados de forma desproporcionada. Tres de cada cuatro personas afectadas reciben un tratamiento inadecuado o no reciben atención alguna. Y muchas se enfrentan a la estigmatización y la discriminación.

La salud mental no es un privilegio, sino un derecho humano fundamental, y debe formar parte de la cobertura sanitaria universal. Los gobiernos deben proporcionar una atención que promueva la recuperación de las personas y defienda sus derechos. Esto incluye reforzar el apoyo comunitario e integrar la ayuda psicológica en la atención sanitaria y social general.

También debemos hacer frente a los abusos y derribar las barreras que impiden a las personas buscar ayuda. Y debemos abordar las causas profundas –pobreza, desigualdad,

violencia, discriminación- y crear sociedades más compasivas y resilientes.

En el Día Mundial de la Salud Mental y todos los días, reafirmemos y defendamos la salud mental como un derecho humano universal y, juntos, construyamos un mundo más sano en el que todos puedan prosperar.

*Les invitamos a considerar qué implica pensar la salud mental **como un derecho humano** y qué acciones podría tomar la AGNU para lograrlo.*

La salud mental y las juventudes

En el caso de niños, niñas y adolescentes, estos temas presentan problemas particulares. Por ejemplo, podemos pensar en el estigma social que pesa sobre los tratamientos psicológicos y psiquiátricos; o la patologización de los pacientes en instituciones de salud mental a lo largo de los años.

También la pandemia de COVID-19 tuvo fuertes efectos en la salud mental de las y los jóvenes, que en muchos casos derivó en ansiedades y depresiones cuyo impacto llega hasta el día de hoy, afectando gravemente a la continuidad escolar y la socialización, entre otras cuestiones. Para analizar estos aspectos, les recomendamos consultar la actuación de [UNICEF](#).

Redes sociales y entornos virtuales en jóvenes

Los entornos virtuales son un arma de doble filo: las mismas herramientas que se presentan como posible solución para mantener el contacto con amigos y otros afectos, o para mantener la escolarización, también han demostrado tener un impacto negativo sobre la salud mental.

Por ejemplo, las redes sociales tienen un impacto significativo en nuestra percepción de la imagen corporal y pueden contribuir al desarrollo de la disomorfia corporal y la baja autoestima, especialmente en adolescentes. La regulación de los mensajes que circulan en redes sociales es un tema poco discutido, en parte por ser novedoso, y eso hace que sea una gran oportunidad para pensar y **proponer lineamientos** que podrían aplicarse a estas plataformas para salvaguardar la salud mental de sus usuarias y usuarios.

Al respecto, en la Declaración política de la reunión de alto nivel sobre la cobertura sanitaria universal, aprobada por la AGNU en octubre de 2023 (A/RES/78/4), se propuso:

Abordar los efectos perniciosos de la información errónea y la desinformación en las medidas de salud pública y la salud física y mental de las personas, incluso en las plataformas de medios sociales, y fomentar la confianza en los sistemas de salud y las vacunas, en particular promoviendo el acceso a información oportuna y precisa;

Es importante encontrar un balance entre riesgos y beneficios para poder limitar los primeros y promover el buen uso de los medios digitales como, por ejemplo, la telemedicina o los canales de apoyo psicosocial.

Preguntas disparadoras para conversar en el aula:

- ¿Por qué es importante que se hable sobre salud mental?
- ¿Cómo se ve involucrada la salud mental en los diversos ámbitos en los que desarrollan actividades? (Escuela, universidad, familia, trabajo, vida diaria)
- ¿Qué agentes sociales e instituciones que conozcan promueven algún tipo de apoyo psicosocial?
- ¿Qué falta para hacer realidad el objetivo de la cobertura sanitaria universal?

Algunas referencias para seguir investigando:

<https://www.unicef.org/lac/salud-mental-y-apoyo-psicosocial>

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

<https://www.who.int/es/news/item/21-09-2023-world-leaders-commit-to-redouble-efforts-towards-universal-health-coverage-by-2030>

<https://www.who.int/es/health-topics/mental-health>

<https://press.un.org/en/2023/sgsm21968.doc.htm>

https://digitallibrary.un.org/record/4019774/files/JIU_REP_2023_4-ES.pdf