



SALUD PÚBLICA

Medicina Humana

Primer semestre

Catedrático: Manuel Eduardo López

Alumna: Sofía Alfaro Aguilar

Noviembre 2020



PRINCIPALES AFECCIONES: SALUD MENTAL EN MÉXICO

- Medidas de atención
- Prevención segundo y primer nivel
- Programas de atención

¿Qué es la salud mental?

Un estado de bienestar (físico y psíquico) en el cual un individuo es consciente de sus propias aptitudes y capacidades y puede afrontar las presiones normales de la vida, puede trabajar de manera productiva y es capaz de hacer contribuciones en su comunidad.



Padecimientos más comunes

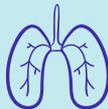
Una de cada 4 personas ha presentado un trastorno mental

Ansiedad



Preocupación y miedo intensos, excesivos y continuos ante situaciones cotidianas.

Depresión



Estado anímico en el cual los sentimientos de tristeza, pérdida, ira o frustración interfieren con la vida diaria



Abuso de sustancias

Consumo excesivo de drogas psicoactivas como alcohol, medicamentos o drogas ilegales.



Transtorno Bipolar

Altibajos emocionales que pueden desembocar trastornos depresivos, maníacos, etc.

Salud mental en México



Segunda causa de discapacidad en el mundo

La depresión se ve preponderada en países en vías de desarrollo, como México



Personas vulnerables

La pobreza es un agravante de violencia y abuso, por lo que es común desencadenar algún trastorno.



Obstáculos

Estigma ante enfermedades psiquiátricas



Discapacidad

La depresión no solo afecta emocional y socialmente sino puede tener represalias en cuanto a la actividad del paciente



Factores de riesgo

Inseguridad social, Cambios sociales repentinos, desesperanza, riesgos de violencia, etc.



Más trastornos

TDAH, Afecciones del sueño, esquizofrenia, fobias, etc.

Hay que ocuparse



Edades

Adultos de 18 a 65 años han padecido algún trastorno mental

Ansiedad

El 14.3% de la población mexicana la padece, siendo la más padecida

10



Urbes

18% de la población que vive en urbes padece algún trastorno afectivo como depresión

Antes de los 60

Se estima que el 36% padecerá algún trastorno psiquiátrico



+9%

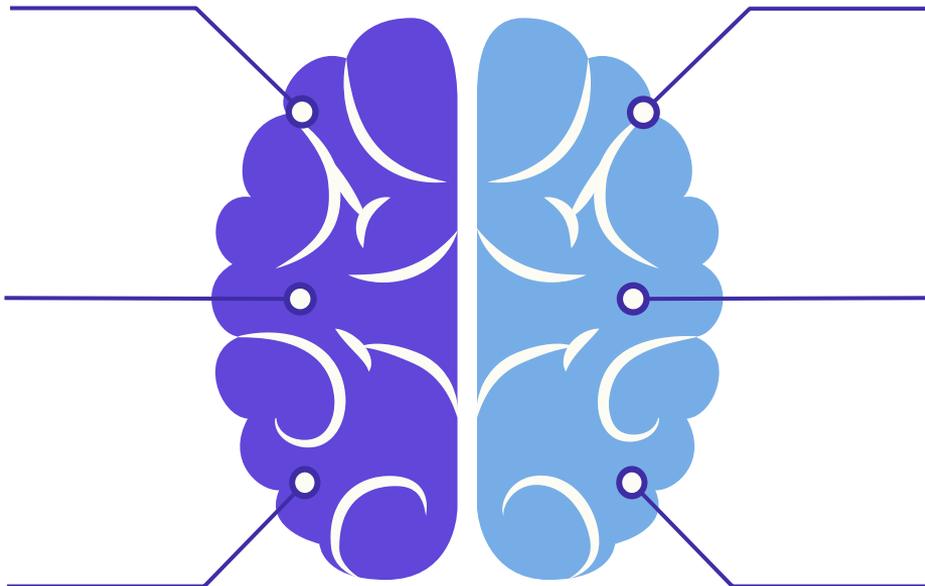
Los adultos de la cdmx sufren depresión, ansiedad y ataques de pánico

Medidas de atención: intervención temprana

Acciones de promoción y prevención de la salud por parte del PrevenIMMS

Capacitación contra las adicciones a médicos adscritos a las Unidades de medicina familiar

Acciones educativas e informativas en unidades de primer nivel, así como 75 campañas nacionales para prevención



METAS DEL PNS:

Incrementar un 20% los servicios a la población padeciente

Ampliar un 20% la capacidad y recursos para la atención de salud mental

Control epidemiológico en tasas de suicidio consumado.

Acciones para enfrentar el problema



Incremento de servicios ambulatorios a la población afectada



Redes comunitarias para el apoyo de la atención



Desarrollo de capacitación en salud mental en escuelas de medicina, posgrados y profesores



Realización de la primera Encuesta Nacional de Salud.



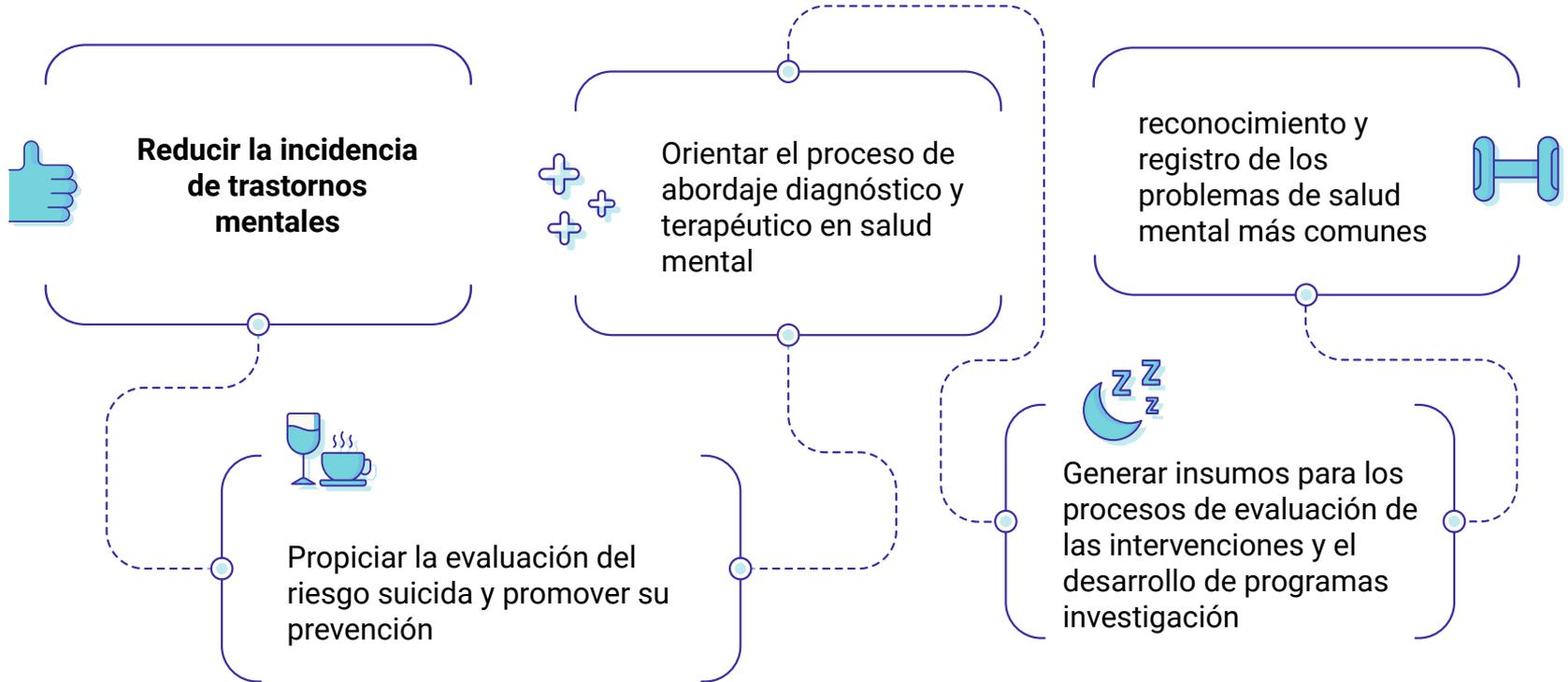
Fortalecer el abasto, disponibilidad y acceso a medicamentos para la atención de los problemas



Programas específicos para atención integral



Prevención primaria



Acciones

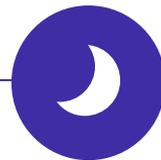
**Orientación para afrontar
dificultades de la vida**



**Motivación a hacer
ejercicio físico**



**Realización de actividades
recreativas**



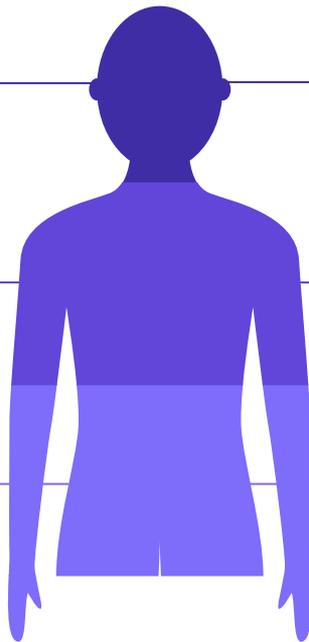
**Verificación de entornos
saludables**



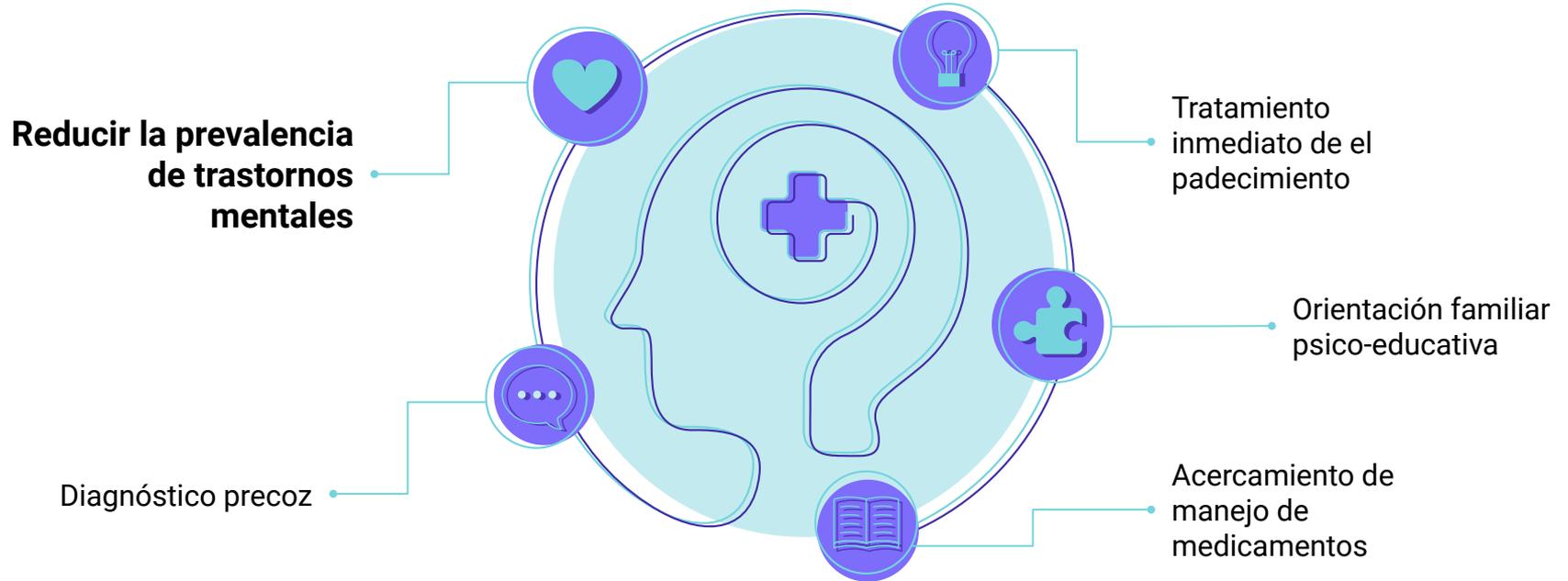
**Desarrollar habilidades
personales**



**Identificación de grupos
vulnerables**



Prevención secundaria



Acciones



Conocimiento

Impulso de tareas para el aprendizaje e investigación



Coordinación

Seguir acciones recomendadas en hospitales y centros de salud



Estilo de vida

Seguir pautas recomendables como un nuevo estilo de vida



Normalización

Se deben normalizar los servicios que se ofrezcan y los parámetros para su evaluación



Aseguramiento

Asegurar redes de apoyo y espacios para expresarse.



Detonantes

Disminuir factores que detonen los síntomas

Referencias

Soriano, E. (2020) Padecimientos mentales más comunes en México.

<https://www.imagenradio.com.mx/ethel-soriano/estos-son-los-padecimientos-mentales-mas-comunes-en-mexico>

PlanSeguro. (2019). 10 datos de la salud mental en México.

<https://blog.planseguro.com.mx/datos-sobre-la-salud-mental-en-mexico#:~:text=Los%20trastornos%20mentales%20que%20m%C3%A1s, trastornos%20obsesivos%20y%20la%20esquizofrenia.>