

Psicología médica

IMPORTANCIA DE LA SALUD MENTAL EN MÉXICO

PSC: JOSE GUADALUPE GOMES MOLINA

ALUMNA: ALONDRA ELIZABETH TRUJILLO MORALES

Salud mental en México

La Salud Mental en México: Una Prioridad Urgente y la Importancia de los Manuales Diagnósticos

La salud mental en México se encuentra en un punto crítico. A pesar de que la Organización Mundial de la Salud (OMS) define la salud como un estado de completo bienestar físico, mental y social, en nuestro país aún prevalece una cultura de estigmatización y falta de acceso a la atención especializada. Este ensayo explorará la importancia de la salud mental en México, destacando la relevancia de los manuales diagnósticos como el CIE-11 y el DSM-5 para una mejor atención y comprensión de los trastornos mentales.

La Salud Mental en México: Un Panorama Complejo

Diversos estudios e informes revelan un panorama preocupante. La tasa de depresión en México ha aumentado considerablemente en los últimos años, con un incremento del 36% entre 2014 y 2017. La pandemia de COVID-19 ha exacerbado la situación, generando un aumento de problemas asociados a la salud mental, tanto en personas infectadas como en personal de salud. Además, la falta de acceso a servicios de salud mental, la estigmatización y la cultura de no buscar ayuda profesional contribuyen a la problemática.

La Situación de la Salud Mental en México: Un Panorama Complejo

México, a pesar de sus avances en diversos campos, aún enfrenta un rezago significativo en la atención de la salud mental. La estigmatización, la falta de recursos, la insuficiencia de profesionales capacitados y la limitada cobertura de servicios son algunos de los obstáculos que dificultan el acceso a la atención para quienes la necesitan. Las consecuencias son devastadoras: altos índices de suicidio, incremento en la prevalencia de trastornos mentales como la depresión y la ansiedad, y una carga significativa sobre las familias y el sistema de salud.

La falta de conciencia pública sobre la salud mental contribuye a la perpetuación del estigma. Muchas personas que padecen trastornos mentales no buscan ayuda por temor al juicio social, a la discriminación o a la pérdida de oportunidades laborales o sociales. Esta reticencia a buscar ayuda retrasa el diagnóstico y el tratamiento, agravando la condición y sus consecuencias a largo plazo.

Además, la infraestructura de salud mental en México es insuficiente para atender la demanda. Existen importantes disparidades regionales, con un acceso limitado a servicios especializados en zonas rurales y marginadas. La falta de profesionales capacitados, especialmente en áreas como la psiquiatría y la psicología, exacerba el problema. El sistema de salud pública, a menudo sobrecargado, no cuenta con los recursos necesarios para brindar una atención integral y oportuna.

Relevancia de los manuales diagnósticos

Los manuales diagnósticos, como el CIE-11 (Clasificación Internacional de Enfermedades) y el DSM-5 (Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales), son herramientas esenciales para la clasificación y el diagnóstico de los trastornos mentales. Su uso proporciona un lenguaje común para los profesionales de la salud mental, facilitando la comunicación, la investigación y la planificación de tratamientos.

El CIE-11, desarrollado por la Organización Mundial de la Salud (OMS), es un sistema de clasificación ampliamente utilizado a nivel internacional. Su enfoque integral considera la salud mental como parte integral de la salud general, abarcando una amplia gama de trastornos mentales y condiciones relacionadas. La nueva versión, el CIE-11, incorpora avances en la comprensión de los trastornos mentales, incluyendo una mejor clasificación de los trastornos del neurodesarrollo, los trastornos de la personalidad y los trastornos relacionados con el estrés.

El DSM-5, elaborado por la Asociación Americana de Psiquiatría (APA), es otro manual ampliamente utilizado, aunque con un enfoque más centrado en los trastornos mentales. El DSM-5 ha sido objeto de debate y críticas, especialmente en cuanto a la comorbilidad y la polidiagnóstico, pero sigue siendo una herramienta importante para el diagnóstico y el tratamiento en muchos países. Su estructura y criterios diagnósticos permiten una mayor precisión en la identificación de los trastornos, lo que facilita la selección de tratamientos más efectivos.

Relevancia de los manuales diagnósticos

Importancia del CIE-11 y el DSM-5:

- Estándares Universales: Ambos manuales establecen criterios diagnósticos específicos para cada trastorno mental, lo que permite un diagnóstico más preciso y consistente
- Comunicación Eficaz: El uso de estos manuales facilita la comunicación entre profesionales de la salud mental, investigadores y pacientes
- Investigación y Desarrollo: Los manuales sirven como base para la investigación en salud mental, permitiendo el estudio de la prevalencia, la etiología y los tratamientos de los trastornos mentales
- Planificación de Tratamientos: Los criterios diagnósticos establecidos en los manuales guían la selección de tratamientos y terapias más adecuadas para cada paciente
- Facilitar la investigación: Permite la comparación de datos y resultados de estudios sobre salud mental a nivel nacional e internacional.
- Informar las políticas públicas: Proporciona información crucial para el diseño de programas y estrategias de prevención y tratamiento.

Conclusión

La salud mental en México es un tema de vital importancia que requiere una atención urgente y multisectorial. La estigmatización, la falta de recursos y la insuficiencia de servicios son obstáculos importantes que deben ser abordados de manera eficaz. Los manuales diagnósticos, como el CIE-11 y el DSM-5, son herramientas esenciales para mejorar la atención, el tratamiento y la comprensión de los trastornos mentales. Su implementación efectiva, junto con la capacitación de profesionales, la inversión en infraestructura y la promoción de la salud mental, son pasos cruciales para construir un México más saludable y equitativo para todos. Es necesario un esfuerzo conjunto de las instituciones gubernamentales, la sociedad civil y la comunidad internacional para lograr este objetivo. La inversión en salud mental no es un gasto, sino una inversión en el bienestar y el desarrollo del país. Solo a través de una acción coordinada y sostenida podremos superar los desafíos y construir un futuro donde la salud mental sea una prioridad para todos los mexicanos.

Bibliografía

https://www.foroconsultivo.org.mx/INCYTU/documentos/Completa/INCYTU_18-007.pdf?need_sec_link=1&sec_link_scene=im

https://autismodiario.com/2018/08/24/dsm-5-y-cie11-del-diagnostico-de-tea-a-la-intervencion-en-el-area-de-comunicacion/?need_sec_link=1&sec_link_scene=im

https://www.scribd.com/document/398220018/Comparacion-de-Los-Manuales-Dsm-V-y-El-Cie-11?need_sec_link=1&sec_link_scene=im

https://psicologiaymente.com/clinica/diferencias-entre-dsm-5-y-cie-10?need_sec_link=1&sec_link_scene=im

https://www.gaceta.unam.mx/la-importancia-de-la-salud-mental/?need_sec_link=1&sec_link_scene=im