

10 DE OCTUBRE. DÍA MUNDIAL DE LA SALUD MENTAL.



Breve Semblanza. - Hace casi 30 años que la Federación Mundial de Salud Mental declaró el 10 de octubre como el Día Mundial de la Salud Mental. El presente año 2020, se celebra en un momento en que nuestras vidas cotidianas se han visto considerablemente alteradas como consecuencia de la pandemia de COVID-19.

Los últimos meses han traído muchos retos: para el personal de salud, que presta sus servicios en circunstancias difíciles, y acude al trabajo con el temor de llevarse la COVID-19 a casa; para los estudiantes, que han tenido que adaptarse a las clases a distancia, con escaso contacto con profesores y compañeros, y llenos de ansiedad sobre su futuro; para los trabajadores, cuyos medios de vida se ven amenazados; para el ingente número de personas atrapadas en la pobreza o en entornos humanitarios frágiles con muy poca protección contra la COVID-19; y para las personas con afecciones de salud mental, muchas de las cuales están todavía más aisladas socialmente que antes. Por no hablar de la gestión del dolor de perder a un ser querido, a veces sin haber podido despedirse.

Las consecuencias económicas de la pandemia ya se dejan sentir por doquier, puesto que las empresas despiden a personal en un intento de salvar el negocio, o se ven obligadas a cerrar por completo.

Según la experiencia adquirida en emergencias pasadas, se espera que las necesidades de apoyo psicosocial y en materia de salud mental aumentarán considerablemente en los próximos meses y años.

Sobre todo, partiendo de que los países gastan en promedio solo el 2% de sus presupuestos sanitarios en salud mental. Y a pesar de algunos aumentos en los últimos años, la asistencia internacional para el desarrollo en materia de salud mental nunca ha superado el 1% de toda la asistencia para el desarrollo en el ámbito de la salud. Esto ocurre a pesar de que por cada US\$ 1 invertido en la ampliación del tratamiento de trastornos mentales comunes, como la depresión y la ansiedad, se obtiene un rendimiento de US\$ 5 en cuanto a la mejora de la salud y la productividad.

Es por ello, que invertir en los programas de salud mental en el ámbito nacional e internacional, infrafinanciados desde hace años, es ahora más importante que nunca.

La celebración del «Día Mundial de la Salud Mental» es una oportunidad para que el mundo se una y comience a remediar la desatención de que ha sido objeto históricamente la salud mental,» dijo el Director General de la Organización Mundial de la Salud. «Ya estamos viendo las consecuencias de la pandemia de COVID-19 en el bienestar mental de las personas, y esto es solo el principio. A menos que nos comprometamos seriamente a aumentar la inversión en salud mental ahora mismo, las consecuencias sanitarias, sociales y económicas tendrán un gran alcance».

Fuente: OMS. *Día Mundial de la Salud Mental 2020.*
<https://www.who.int/es/campaigns/world-mental-health-day/world-mental-health-day-2020>

Enlace de interés:
<https://www.who.int/es/news-room/detail/27-08-2020-world-mental-health-day-an-opportunity-to-kick-start-a-massive-scale-up-in-investment-in-mental-health>
<https://www.who.int/es/campaigns/world-mental-health-day/world-mental-health-day-2020/world-mental-health-day-campaign>