



## PLATAFORMA SALUD MENTAL DE ARAGON

### “SALUD MENTAL Y BIENESTAR, UNA PRIORIDAD GLOBAL”

El lema del Día mundial de la Salud Mental este año es “Salud mental y bienestar, una prioridad global” y está centrado de modo específico en reivindicar la inversión global en recursos de cuidado y atención a la salud mental con un acceso equitativo, justo e igualitario a estos recursos para toda la población.

Si pensamos en la salud no sólo desde una perspectiva de la asistencia y responsabilidad individual (cuestión exclusivamente sanitaria), sino como un asunto social y colectivo (que considera la prevención y el cuidado), el vínculo salud mental y bienestar se complica. Esta complejidad implica tomar en cuenta la organización de la vida cotidiana, con sus posibilidades de trabajo, ocio y relaciones, acceso a la educación y a la cultura y, en definitiva, un acercamiento mayor para todos a lo que se ha contemplado como condiciones saludables ambientales y de vida.

¿Por qué nombrar así lo referido a la salud mental parece siempre utópico?

El punto de partida se muestra alejado: incremento de la desigualdad y la pobreza, individualismo competitivo, precarización en el trabajo, privatización de bienes públicos, desregulación de mercados, etc. Son hechos, aspiraciones e ideales que parecen contraponer a unos frente a otros. El “¡sálvese quien pueda!” ha sido la consigna no escrita que predomina en las últimas décadas.

En el terreno de lo mental, esto puede producir un incremento del sufrimiento psíquico, del malestar y de las enfermedades mentales para tantas personas llevadas, ya previo a la pandemia, a los márgenes del bienestar. La desigualdad se manifiesta ya en el mismo hecho de enfermar y trascienden las consecuencias hasta las relaciones con un medio ambiente progresivamente deteriorado.

Acertadamente plantea F. Pereña “si es posible una sanidad universal y equitativa, una salud colectiva en el contexto neoliberal”.

Un inciso antes de continuar. J.L. Tizón hace años escribía: “...ya en el 2003, el gasto en los cinco psicofármacos más vendidos en Catalunya equivalía... ¡al 65 % del resto de los gastos totales en salud mental! (Gastos totales: Es decir, capítulo I y capítulo II: incluyendo la construcción y amortización de edificios y dispositivos, de material y suministros, los gastos de personal, etc.)”. En esta línea Robert Whitaker publica en el 2015 “Anatomía de una epidemia”. Estaba hablando de una epidemia distinta a la Covid que nos asola, la del incremento de los problemas mentales, consecuencia de distintos factores que podríamos resumir en un proceso de medicalización de la sociedad y cuyas causas cifra en las alianzas de la industria farmacéutica, los técnicos y algunos medios de comunicación. Ambas citas, cuyos contenidos mantienen plena vigencia en el Estado español, nos advierten de que la inversión en salud mental, por sí misma y sin claras propuestas previas, se puede llegar a convertir en una trampa para las personas con enfermedad mental y la ciudadanía en general.

Plantearnos la salud mental y el bienestar como una tarea colectiva precisa ampliar la tarea a la organización social y política. Desde una concepción ecológica se trata de incluir la revalorización de la importancia de los aspectos cuidantes de los núcleos vivenciales naturales de la población, o sea, una revalorización de las relaciones humanas y de las relaciones sociales para dichos cuidados. Si queremos hacer de la salud mental y el bienestar una tarea colectiva tenemos que colectivizar una mirada de las propias vulnerabilidades, aunque sea en distinto grado, que pueda favorecer la empatía, y provocar una movilización social coherente en torno a este objetivo.

Tenemos que invertir energías en organización, en modificar las prácticas que desconocen la palabra de los usuarios resultando iatrogénicas, reconocer a los diferentes actores implicados, respetar los derechos humanos en su profundo sentido más allá de las palabras bienintencionadas y con los hechos: eliminación de contenciones físicas, reducir la sobre medicación, restringir tratamientos centrados exclusivamente en el síntoma.

Apostamos firmemente por potenciar las redes de sostén comunitario, que contribuyen a la eliminación del estigma y a despatologizar la diferencia valorando las singularidades subjetivas. Recuperar, en fin, fórmulas de relación -terapéutica- alejadas de las

