



Brief report
Salud mental y COVID-19
24 Noviembre 2020

El escenario cambiante de la salud mental global: la COVID-19 y su impacto

Dra Dévora Kestel

Directora, Salud mental y uso de sustancias Organización Mundial de la Salud OMS

- La COVID-19 está causando una gran difusión de ansiedad, pánico, sentimientos de impotencia e incertidumbre.
- COVID-19 puso de manifiesto algunos de los desafíos que ya existían en los servicios de salud mental.
- La pandemia exacerbó los síntomas de trastornos mentales preexistentes que aumentan el riesgo de muerte, las complicaciones a largo plazo entre otros. Se estima que ha aumentado el peso del estigma por enfermedad mental debido al surgimiento generalizado de estrés y ansiedad en la población.
- Ha habido disminución en el acceso a sistemas de apoyo.
- La adversidad presentada durante la pandemia como falta de trabajo, dificultades económicas, el aislamiento, la preexistencia de desórdenes mentales y de uso de sustancias, el estigma de los trastornos mentales, la dificultad en el duelo por pérdida de familiares a causa de la COVID-19 y el poco acceso a sistemas sociales de apoyo; representan factores de riesgo de corto y largo plazo para la salud mental.
- El sondeo sobre 130 países encuestados donde el 89% de ellos los temas de salud mental y apoyo psicosocial están integrados en los sistemas de salud, mientras que sólo el 17% de ellos tienen algún tipo de financiación para apoyar las iniciativas.
- El 93% de los países reportó interrupciones en uno o más servicios de salud mental y apoyo en las comunidades.
 - Casi el 75% reportó interrupciones en servicios de salud mental en colegios y lugares de trabajo
 - El 60% de las psicoterapias y acompañamientos se ha visto parcialmente interrumpido
 - Más del 50% de los países encuestados han interrumpido los programas de prevención y manejo de sobredosis y los servicios de reducción de daño crítico
- La pandemia ha sido una oportunidad para reconocer la salud mental como una prioridad gracias a la intervención de entidades como la UNSG, UNICEF, UNHCR,

IOM y al llamado de las Naciones Unidas, donde se enfatiza en la necesidad de inclusión y apoyo psicosocial como un componente integral y transversal en las respuestas de los servicios de emergencia de salud.

- Guías, políticas y cuentos fueron escritos para aconsejar y proponer los lineamientos para manejar los efectos colaterales de la pandemia.
- A nivel técnico y científico se realizaron guías integradas sobre el manejo clínico que incluyen lineamientos a tener en cuenta en el manejo de la COVID-19 y la salud mental y sobre cómo asegurar la continuidad de este tipo de servicios y de apoyo psicosociales durante la contingencia.
- En cuanto al abuso de sustancias, se ha demostrado una elevada propensión a la infección por COVID-19 y el uso de sustancias psicoactivas. Además, se han identificado patrones, junto con un aumento, en el uso de sustancias, uso de juegos en línea durante la pandemia.
 - Se registraron irrupciones en los servicios para personas con desordenes de uso de psicoactivos, especialmente en el cuidado a largo plazo y el apoyo psicosocial en la recuperación y manejo del tratamiento
 - Ha habido cambios en las políticas de respuesta para consumo de alcohol y tratamiento
- Se identifican tres aspectos críticos con relación a la COVID-19 y los trastornos neurológicos:
 - Mayor riesgo de enfermedad grave e infección por COVID-19 en personas con enfermedades y trastornos mentales o manifestaciones neurológicas
 - Las manifestaciones neurológicas se manifiestan entre el 35-55% de los pacientes con COVID-19 como: delirio, convulsiones, síndromes cerebrovasculares entre otros
 - Se recomiendan las siguientes acciones:
 - Destinar recursos para salud mental y apoyo psicosocial como respuesta a la pandemia de COVID-19, con el fin de mitigar y prevenir una pandemia posterior de salud mental
 - Mantener servicios esenciales de salud mental y neurológicos con las adaptaciones necesarias para garantizar las medidas de seguridad
 - Monitorear los cambios en la disponibilidad de los servicios en los servicios de salud para permitir la elaboración de material necesario y aumentar la capacidad de respuesta del sistema

Los desafíos en salud mental desde el contexto regional y la pandemia del COVID-19

Lcda. Carmen Martínez -Viciano

Asesora de Salud Mental y Uso de Sustancias para Centroamérica, Caribe Latino y México

Oficina de OPS/OMS en Panamá

- En la población general estudiada, EEUU, Brasil, México; se muestran altas tasas de angustia, ansiedad y síntomas depresivos.
- Entre los trabajadores de la salud se muestran altos índices de depresión, ansiedad, angustia, insomnio y fatiga compasiva.
- El estudio HEROES con más de 16000 participantes de 12 países latinoamericanos, indican un aumento de la angustia mental, la ideación suicida y la necesidad de atención entre los trabajadores de la salud.

- Clara necesidad de una mayor atención en la salud mental de los trabajadores de la salud
- En el consumo de sustancias, estudios canadienses reportan un mayor consumo de bebidas alcohólicas debido al distanciamiento social, aumento de venta de cannabis en el país.
- La encuesta de la OPS muestra que 73% de los consumidores episódicos de alcohol aumentaron la frecuencia del patrón de consumo.
- La encuesta global de la OMS muestra que la salud mental y el apoyo psicosocial se ha integrado como parte de la respuesta ante la contingencia, siendo adoptado y considerado por el 93% de los países encuestados. La financiación se ve claramente afectada, donde sólo un 7% de los países cuenta con financiación para la salud mental y el apoyo psicosocial y el 55% de éstos cuentan con financiación parcial.
- Se muestra que un 62% de los países encuestados cuentan con la inclusión de la atención de trastornos mentales neurológicos y de abuso de sustancias como parte de los servicios esenciales de salud, frente a un 31% de los países donde son incluidos parcialmente en sus servicios.
- Al menos un 75% de los servicios para la atención de trastornos mentales neurológicos y de abuso de sustancias, dentro de los países encuestados, se han visto total o parcialmente interrumpidos. A pesar de ser identificados como cruciales a la respuesta del manejo de la pandemia por COVID-19, se ha visto disminuida la disponibilidad y accesibilidad a estos servicios.
- Se ha detectado un aumento de estresores y factores de riesgos junto con una disminución de la disponibilidad y accesibilidad de los servicios de salud mental y atención psicosocial y un aumento del desarrollo, exacerbación y recaída en trastornos mentales y neurológicos.
- Se recomiendan las siguientes intervenciones el tratamiento de emergencias de salud mental (ordenados por prioridad):
 - Servicios básicos (alimento, vivienda, servicios sociales, seguridad, etc)
 - Comunicación de riesgo
 - Medidas de protección, seguridad, información y respuesta a las necesidades básicas y aspectos psicosociales
 - Mecanismos de apoyo comunitario y familiares
 - Planes de apoyo adaptados a actores comunitarios e intervenciones de tipo remoto
 - Apoyo mutuo y estrategias psicosociales comunitarias
 - Información con recomendaciones para grupos vulnerables
 - Apoyos focalizados no especializados (integración de salud mental en los servicios de salud)
 - Atención sanitaria remota o presencial desde el primer nivel de atención con estrategias como mhGAP humanitario
 - PAP adaptado por profesionales de la salud en modo presencial o remoto
 - Servicios especializados para personas afectadas por trastornos mentales o neurológicos
 - Atención psiquiátrica, psicológica o de consejería remota
 - Atención de urgencia presencial, en caso de ser requerida
 - Continuación de los tratamientos crónicos o preexistentes con adaptaciones remotas y virtuales

- Se plantean las siguientes recomendaciones generales:
 - La salud mental y el apoyo psicosocial debe ser un componente integral y transversal en las respuestas a la contingencia por COVID-19
 - Se debe garantizar la continuidad de tratamiento
 - Se debe asegurar la transversalización del enfoque de DDHH
 - Se deben adaptar las intervenciones al contexto sociocultural
 - Se debe monitorear y evaluar intervenciones y acceso a los servicios de salud mental y apoyo psicosocial durante la pandemia
- Se recomienda el siguiente material de comunicación
 - Se presento varios materiales que están disponibles a través de la pagina web de la OPS y el campus virtual de salud pública.

Los desafíos que se identifican en la pandemia por COVID-19

- Posicionar SMAPS como un área prioritaria para el bienestar de la población
- La realización y adaptación de intervenciones SMAPS remotas
- Garantizar, mantener y ampliar los servicios de salud mental especialmente desde atención primaria y con enfoque comunitario
- Datos regionales de salud mental y COVID-19
- Rehabilitación de pacientes con COVID-19
- Infodemia
- Refuerzo y desarrollo de capacidades
- Financiación

Salud Mental, Niñez y Adolescencias en tiempos de la pandemia del COVID-19

Dra. Alejandra Barcala

Directora del Doctorado en Salud Mental Comunitaria

Universidad Nacional de Lanús, Argentina

- La situación de las infancias y adolescencias en Latinoamérica y el Caribe revela que la mayoría de ellos viven en situación de pobreza, vulnerabilidad, con familias que atraviesan procesos traumáticos durante su etapa de crecimiento.
- La COVID-19 visibilizó el estado crítico de las desigualdades sociales como la injusticia, la discriminación y la exclusión social.
- La doctrina internacional marca cambios en las formas de abordar la salud mental en la niñez con estándares a cumplir por los países de la región.
- Se evidencian tensiones entre legislaciones específicas y las políticas y programas implementados.
- Se ha incrementado la cantidad de niños en situación de vulnerabilidad social y sufrimiento psíquico.
- En América Latina y el Caribe se identifica una brecha de atención importante en cuanto al número de personas afectadas que no pueden acceder a un diagnóstico y tratamiento adecuados
- Se encuentran inequidades en los cuidados de la salud mental según los grupos poblacionales.
- Se identifica una ausencia de presupuesto en programa integrales.
- Hay nuevas demandas de atención junto con nuevos problemas en el contexto de la pandemia.

- Se requiere una mayor complejidad en los cuidados.
- Los problemas más significativos identificados en la región son:
 - La postergación de la salud mental en las agendas políticas estatales
 - Ausencia de políticas de salud mental infantil
 - Aumento de problemáticas vinculadas a la salud mental de infantes y jóvenes relacionadas con el suicidio, consumos problemáticos, violencias, abusos sexuales entre otros
 - Brecha en el acceso a los servicios apropiados de salud mental de niños, niñas y adolescentes (NNyA) con trastornos mentales severos, discapacidades, abandono e indigencia, migrantes, víctimas de tráfico infantil y según los pueblos originarios. Además, se identifica una distribución inequitativa de los servicios en la comunidad
 - Ausencia de dispositivos adecuados para la atención psicosocial de niños como las derivas institucionales y la fragmentación organizacional
 - Estigmatización y exclusión de los servicios, junto con prácticas obsoletas tecnocráticas y objetalizantes
 - Se encuentra un déficit en la formación de RRHH
 - Todo esto lleva a la necesidad de replanteamiento de prácticas e intervenciones para desarrollar praxis innovadoras
- En cuanto a la COVID-19 y la institucionalización por razones de salud mental en la niñez se encuentra que:
 - Niñez se encontraba en confinamiento antes de la pandemia, donde muchos se encuentran invisibilizados
 - Alta desinserción escolar y la desvinculación familiar y comunitaria
 - Restricción de visitas y comunicación con referentes afectivos
 - El sedentarismo diurno facilita la emergencia de manifestaciones que conducen al incremento de las contenciones físicas y químicas
 - Uso de medicación desaconsejada en niños para edades tempranas, y prácticas cotidianas de polifarmacia
- En la violencia e institucionalización se hallan los siguientes aspectos:
 - Extensión prolongada de las internaciones sin acompañamiento
 - Aumento de las violencias simbólicas, discriminación de género, maltratos verbales y físicos por parte del personal y pares
 - Ausencia de tratamiento interdisciplinario e integral por parte de los equipos tratantes
 - Medidas coercitivas utilizadas ampliamente y prácticas de segregación en sus diversas variantes, generan identidades denigradas, pérdida en la creencia en sus potencias, anulación de sus voces y dejan importantes marcas en la construcción de la identidad
- Las lecciones aprendidas en cuanto a la salud mental en infantes y adolescentes muestran que:
 - Se requiere urgentemente iniciativas territoriales universales e integrales de cuidados para afrontar la estigmatización, discriminación y exclusión que sufren los infantes
 - Se requiere un modelo de atención comunitaria en salud mental integrado en el sistema de salud desde el primer nivel de atención

- Abordaje que recupere el valor de los lazos sociales y las redes comunitarias como potenciadoras de la integración, la autonomía y la calidad de vida de los NNyA
- Cómo criterios para el desarrollo de buenas prácticas se proponen:
 - La transformación de instituciones y servicios hacia una perspectiva territorial
 - Funcionamiento e integración intersectorial
 - Trabajo interdisciplinario
 - Responsabilidades compartidas e integralidad de los derechos
 - El rol del Estado en el cuidado
 - Capacitación de profesionales
 - Historización mediante la simbolización de efectos traumáticos, donde se valora el lazo intersubjetivo en el acompañamiento de la vida
 - Participación y protagonismo de los NNyA y la construcción de proyectos singulares integrales que no pierdan de vista lo colectivo
 - Centralidad de los NNyA y de su contexto, y no de la enfermedad o del déficit. Escuchar al niño en lugar de realizar una reducción objetivante
- Conclusiones generales:
 - Debe incluirse la perspectiva de género e interculturalidad, donde se generen marcos simbólicos que permitan expresar y poner en diálogo saberes comunitarios, a través de diferentes lenguajes, estéticas y manifestaciones culturales
 - Se deben reconocer diversidades
 - Se debe recuperar la dimensión de futuro y su derecho a soñarlo
 - Se debe entretejer comunidad para consolidar una propuesta que efectivice derechos