

Editorial

Valoraciones sobre el concepto de la salud mental

El Departamento de Psicología se creó en la facultad de Ciencias y Humanidades de la Universidad de El Salvador en 1956, con una visión de formar profesionales con énfasis en el proceso evaluativo del comportamiento humano; producto de lo anterior fue que las primeras generaciones de egresados y graduados obtuvieron el título en psicometría.

Desde esa fecha se han elaborado y desarrollado diferentes planes de estudio acordes a las exigencias y demandas de la sociedad salvadoreña, prevaleciendo durante muchos años la concepción que los psicólogos tenían tres grandes áreas para ejercer su profesión: clínica, escolar y laboral o industrial.

En la actualidad, el psicólogo además de ejercer en las áreas mencionadas anteriormente, también realiza su actividad profesional en otros campos, tales como: la psicología social, forense, jurídica, familiar, deportiva, etc. Pero, independientemente, del área de su práctica profesional, en todas ellas estudia y analiza problemas conductuales que desequilibran la armonía psíquica, afectiva, emotiva y cognitiva de las personas y/o grupos sociales.

Cada persona al establecer sus vínculos sociales percibe la realidad a partir de una serie de estímulos. La percepción de que un estímulo pueda ser estresante o romper con el equilibrio psí-

quico se hace a través de un doble proceso de evaluación. En la primera el individuo valora la importancia del estímulo, su signo y su naturaleza, y como resultado obtiene un juicio acerca de si el estímulo es irrelevante, beneficioso o estresante. En el segundo, denominado valoración secundaria, evalúa su capacidad para ser frente al estímulo: aparecerá desequilibrio en su armonía psíquica, en los casos en los que considere que sus recursos no son suficientes. En tal situación el individuo pondrá en marcha estrategias de afrontamiento, esfuerzos cognitivos y conductuales dirigidos a manejar la situación. Estos esfuerzos irán dirigidos a cambiar las condiciones del medio que causan la perturbación en su psiquismo y en su salud mental.

La Salud Mental es un concepto difícil de delimitar. Se han realizado en los últimos años múltiples esfuerzos para precisar su contenido, y estos han conducido siempre a resultados diferentes y de amplia discusión. En efecto, dichos resultados, o se refieren al problema insoluble de la distinción entre lo normal y lo anormal, o se fundan en conceptos morales y filosóficos en continuo debate, tomando sólo en consideración criterios empíricos de adaptación o de satisfacción subjetiva.

La salud, como repetidamente la ha definido la Organización Mundial de la Salud (OMS), no es sólo una ausencia

de enfermedad o de achaque, sino que la salud debe analizarse como una responsabilidad social en y de la comunidad, grupos sociales y de el estado y/o gobierno de una sociedad, entendiéndolo como un recurso para la vida cotidiana más que un fin en sí misma. De esta manera este nuevo concepto, plantea la necesidad de un cambio hacia un modelo activo de intervención que pretende salir a la comunidad y/o grupos sociales y trabajar con y sobre ellos con el objetivo de fomentar, promover y optimizar estilos de vida sanos, utilizando los recursos de los grupos, de los individuos y los de la sociedad.

A partir de lo anterior la Salud Mental se entiende por el bienestar psíquico y la autoaceptación. Desde una perspectiva clínica, la Salud Mental sería también la ausencia de enfermedades mentales en la persona.

Desde esa concepción aislamos a la persona de sus interrelaciones sociales y nos concentramos en que el problema es ella misma, dejando de fuera dos elementos que están casi siempre presentes cuando deseamos conceptualizar el estatus de la salud mental; la calidad de vida y el bienestar social, ambos estrechamente interrelacionados.

Con lo mencionado anteriormente, la Organización Mundial de la Salud definió, nuevamente, la salud como un estado de completo bienestar físico, mental, y social, además de simplemente de

ausencia de enfermedad, el bienestar aludido se ha identificado con la calidad de vida, al tiempo que se subraya la característica social, al considerar la imposibilidad de precisar el propio concepto de calidad de vida, sin hacer referencia al bienestar social. A partir de ello la salud mental no solo es un concepto individual sino también un concepto colectivo, así podemos mencionar, por ejemplo, una salud mental de la familia, del grupo social, de la comunidad (laboral, educativa, etc.), y de la nación. No es reducible de ningún modo a la suma ni al promedio de los índices de salud mental de los individuos que constituyen el grupo, pero dependen en gran parte del lugar reservado en la conciencia de cada uno de ellos y de las políticas generadas del estado en función de la calidad de vida y del bienestar social.

Por último podemos mencionar, que la salud mental implica generar condiciones a partir de una calidad de vida y de un bienestar social que permitan estimular la capacidad de realizar el propio potencial personal y responder positivamente a los retos del ambiente, relacionándose las políticas del estado, los intereses de los grupos sociales y las aspiraciones personales, en donde el objetivo común debe ir encaminado a la elaboración de un conjunto de medidas destinadas a mantener el equilibrio psíquico y a facilitar la asimilación, adaptación, reproducción y transformación de su medio social respectivo.