



Salud mental en Latinoamérica: un creciente tema atendido por las empresas

Abril 2023



La salud mental es un tema relevante en América Latina, pero el nivel de conciencia y aceptación de esta enfermedad varía en los diferentes países de la región.

En Brasil, gracias a una encuesta, se supo que 40 personas de la misma empresa habían considerado el suicidio. De esta forma, la compañía que aplicó el cuestionario reaccionó inmediatamente. Este es un ejemplo de cómo las acciones de salud mental en las empresas pueden incluso salvar vidas.

Todavía existe un estigma significativo asociado con los problemas de salud mental en algunas partes de la región, lo que puede dificultar que las personas busquen ayuda o que se aborden los problemas de manera efectiva. Y es que existe un tabú de acudir al psicólogo o al psiquiatra en el subcontinente.

En general, hay un reconocimiento creciente de la importancia de la salud mental en América Latina, y muchos países ya implementan políticas y programas para abordar los problemas derivados de esta condición. Conozcamos más a detalle cómo han abordado la enfermedad y qué soluciones y acciones han llevado a cabo.

¿Cómo está la salud mental en latinoamérica?



ARGENTINA

En este país, las licencias de salud no están catalogadas como enfermedad de trabajo, así que cuando se solicita una de estas, se vuelve un inculpable. Tampoco hay compensaciones fiscales por estos males y es que el sistema público de salud cubre las patologías de salud mental tanto en tratamiento como en internación. Es por ello por lo que las empresas subcontratan atención en este tema, y ofrecen una buena cobertura en un sistema privado de prepago.



La salud mental en Argentina solo se encuadra en un tema profesional cuando deriva de una patología o de un episodio acontecido directamente en el ámbito laboral. De hecho, la Ley de Discapacidad incluye a la salud mental, e incluso se promulgó la Ley Nacional de Salud Mental, que promueve la atención comunitaria.

El sistema estatal argentino ofrece cobertura en sus propios hospitales y hay que acudir y hacer la fila en el sitio; el acceso es complejo, y en la práctica no es muy viable. Para quienes laboran en una empresa privada hay distintas coberturas de salud mental, y para quienes pertenecen a un sindicato, tienen su propia dinámica. Así que, dependiendo del ámbito laboral, el empleado tiene diversas modalidades de atención en la salud mental: hay consultas virtuales, acceso a sanatorios privados, entre otros. Todos están cubiertos, pero hay diferencias en el servicio.

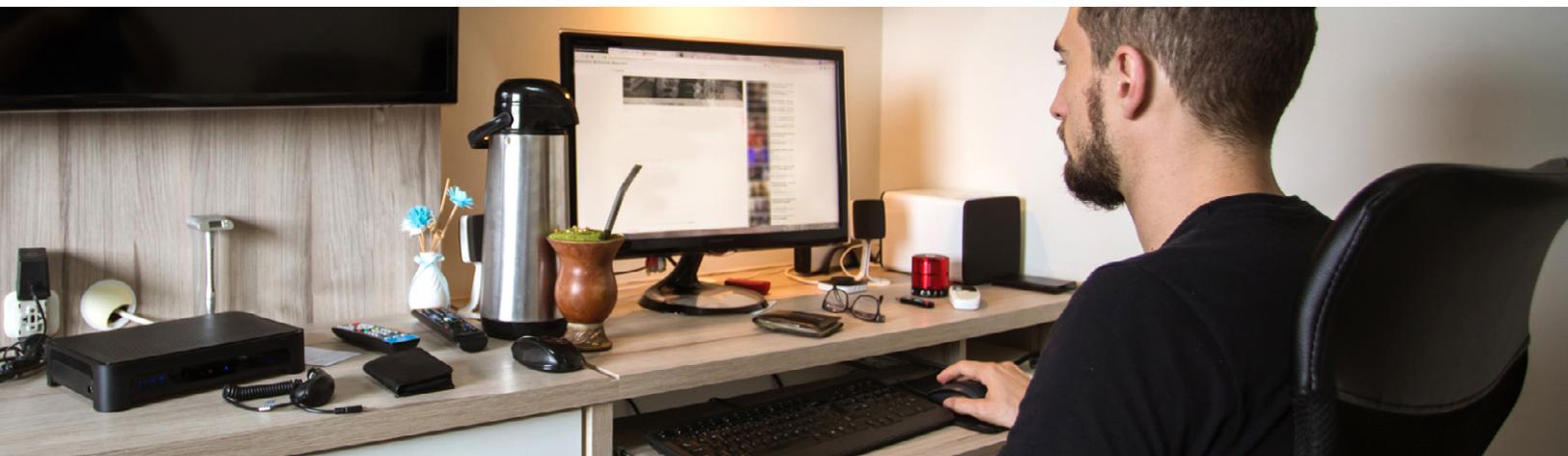
En el país del cono sur se pone a disposición de toda la población recibir la atención necesaria de problemas de salud mental que garantice su libertad, su inclusión social, así como su derecho a vivir en comunidad. Y también existe la asistencia virtual para los trabajadores del sector empresarial privado, no así para la población en general. De hecho, la salud mental es un servicio muy socorrido.

La Ley Nacional de Salud Mental dispone de un modelo de atención con base comunitaria, y prioriza el derecho de las personas con padecimientos mentales a recibir una atención integral, oportuna y de calidad, que garantice su libertad, su inclusión social, así como su derecho a vivir en la comunidad.

Algunas causas de estrés entre la población argentina son la inflación, la devaluación del peso y la falta de trabajo. En el caso de la inflación, la del año pasado registró su punto más alto de hace cinco años, al colocarse por encima de 94% (en 2021 fue de 50.9%; en 2020, 42%; en 2019 53.5% y en 2018, 34.2%). Según datos del Instituto Nacional de Estadística y Censos, en el primer semestre de 2021, 42% de la población estaba por debajo de la línea de pobreza. Sobre esta condición, los resultados del segundo semestre de 2022 indican que del total de aglomerados urbanos registraron que el porcentaje de hogares por debajo de la línea de pobreza alcanzó 29.6%; en ellos reside 39.2% de las personas.

Además de estos factores estresantes, en Argentina han tenido problemas con gobiernos de escaso respaldo ciudadano y político y esto genera incertidumbre, bajo crecimiento económico y aumento de pobreza extrema y desigualdad, acrecentando las brechas entre los estratos socio económicos.

Se destaca que debe trabajarse más en la cultura y en la difusión de la salud mental. Hay que tener proveedores sobre este tema e incluirlos en el esquema de pre-pago, que la ley ya permite. También se debe trabajar más en lo holístico, en el tema cultural de la salud mental y no tanto en la cobertura regional. Afortunadamente, las empresas ya están ocupándose de la salud mental de sus empleados.



BRASIL

En Brasil se gestó una política interesante: Si una empresa tiene muchos empleados ausentes por enfermedades relacionadas al ámbito laboral, incluidas las enfermedades mentales, la compañía debe atender y procurar que disminuyan los casos. Algunas organizaciones complementan el pago al empleado porque muchas veces la compensación del Sistema Único de Salud (SUS) es baja.

Los trabajadores brasileños, por ejemplo, se pueden incapacitar por enfermedad mental, para ello deben

presentar estudios clínicos, y si bien no es sencillo, es posible, incluso pueden recibir una jubilación por padecer esta condición. Y también los médicos privados determinan el tratamiento adecuado, inclusive con terapia psicológica, a las cuales los planes de salud están obligados a cubrir sin límite de sesiones.

La salud mental es un tema que viene generando interés de los gobiernos de Latinoamérica desde la pandemia de COVID 19. En Brasil, el Ministerio

de Salud ha desarrollado piezas de comunicación en sus sitios digitales y hace campañas en radio y televisión, por ejemplo, en enfermedades específicas: ansiedad, depresión y suicidio. La prensa nacional y los programas de televisión brasileños también divulgan periódicamente entrevistas con especialistas y aportan datos sobre salud mental en el país como forma de alertar los riesgos del estrés y otras enfermedades de salud mental, cómo influyen en el trabajo y en el desempeño, y también cómo afectan en las relaciones interpersonales del individuo y su calidad de vida.

Los planes de salud han ganado en Brasil más importancia desde que deben garantizar la cobertura por la ley para salud mental. La mayoría de las empresas intenta incluir acciones de salud mental en sus programas de bienestar. Según la Encuesta Anual de Beneficios, 35% de las empresas participantes están ofreciendo en EAP –Programas de Asistencia al Empleado– y la asistencia psicológica está presente en 98% de los servicios prestados. Además, la Agencia Nacional de Salud (ANS) brasileña ha determinado que los planes médicos privados no pueden tener límites en el número de sesiones de terapias, de las cuales las psicológicas están incluidas.

Los programas que se ofrecen en Brasil son complementarios, y no son obligatorios. Se pone a disposición de toda la población recibir la atención necesaria de problemas de salud mental que garantice su libertad, su inclusión social, así como su derecho a vivir en comunidad.

El Sistema Único de Salud cubre toda la ayuda, pero hay mucha gente y por lo tanto la capacidad es insuficiente. El acceso está garantizado, mas no ocurre así en la práctica. En el sector privado brasileño, las empresas han estimulado del uso de la telemedicina sin pago de por medio.

De hecho, las enfermedades mentales tienen cobertura obligatoria en los planes de salud privados. Las consultas con psiquiatras y psicólogos se cubren sin límite, además de los tratamientos para pacientes hospitalizados. Las formas más comunes de difundir en Brasil las consecuencias de las enfermedades mentales se hacen vía informativos sobre temas relevantes para reducir los prejuicios asociados a la temática, en foros con profesionales especializados, en plataformas con contenido acerca de la prevención en salud mental y técnicas para su manutención y en la facilitación del acceso a psicólogos por intermedio de la “tele-psicología”.

Entre algunos factores que generan estrés y afectan la salud mental de los brasileños se cuenta al transporte público, pues ahí la gente pierde mucho tiempo en moverse. Otros factores que desestabilizan la salud mental es la política brasileña: los ciudadanos han tenido problemas con gobiernos que han tenido escaso respaldo ciudadano y esto genera incertidumbre, también el bajo crecimiento económico y el aumento de pobreza extrema y desigualdad, que acrecentan las brechas entre los estratos socio económicos, son factores de inestabilidad en la salud mental.





Los gobiernos de Latinoamérica están trasladando parte de sus responsabilidades a las empresas. En Chile así ocurre, y es que en el tema de salud mental las compañías están ocupadas en el bienestar de sus empleados. El gobierno se dio cuenta del aumento del problema de salud mental en el país, sobre todo, a partir de la pandemia, y generó que la atención de la salud mental ampliará la cobertura dentro de las Garantías Explícitas de Salud (es por ley que todos los chilenos deben tener acceso).

Es importante mencionar que, en Chile, si bien el gobierno establece que las personas deben tener acceso, oportunidad, protección financiera y calidad en la atención en los servicios de salud, la atención no es suficiente. La mayoría de las acciones para reducir las barreras en la salud mental, como ya se mencionó, están en manos de las empresas, las cuales han tenido que implementar programas de calidad de vida y bienestar emocional, físico y mental, en donde se imparten webinars y se crean retos para mejorar la salud mental de los colaboradores.

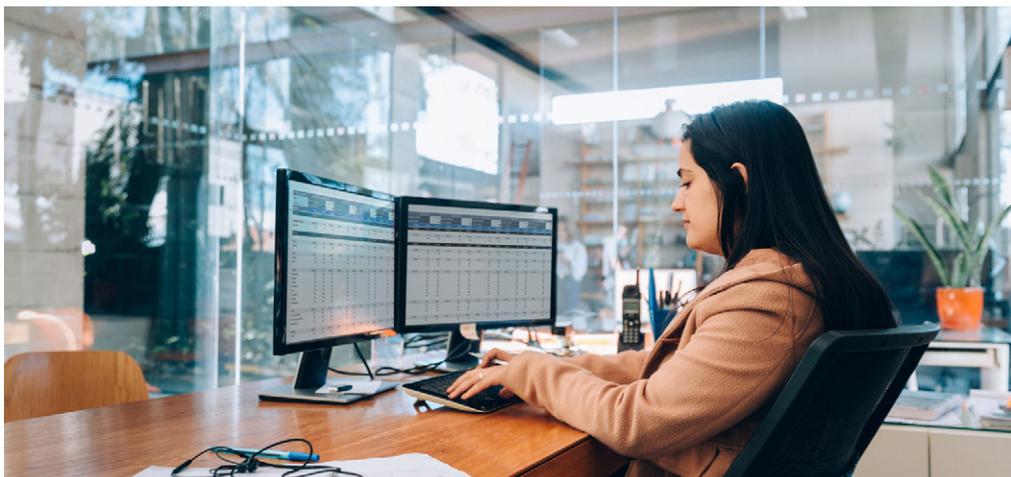
Un dato relevante es que se han incrementado las licencias por temas de salud mental desde la pandemia. Los diagnósticos son confidenciales, y sí existe la incapacidad por temas de salud mental.

En Chile se ofrece cobertura en salud mental, aunque es insuficiente. De ahí que las empresas refuercen esta oferta. Los complementarios tienen cobertura de salud mental, la tienen desde hace 15 años y es

parte del plan, y las empresas -durante la pandemia- se dieron cuenta del incremento y reforzaron la atención entregando un ecosistema de salud que incluye telemedicina gratis, atención nutricional, y generar temas antiestrés, entre otros. Los oferentes son empresas contratadas por las compañías de seguros para ampliar el servicio a los empleados o de las propias empresas que arman un programa de calidad de vida y bienestar.

Como ya ocurre en otros países del subcontinente, en Chile también se incrementó el servicio de telemedicina con asesoría psicológica y es gratuito solo para las empresas que lo contratan, y existe una línea gratuita de atención psicológica y contención emocional.

Entre algunos de los factores que desestabilizan la salud mental en Chile destaca la delincuencia, que es la mayor preocupación de sus habitantes, sin dejar de lado la inmigración, la inflación y el narcotráfico. También hay que mencionar el desempleo, la poca inversión y el aumento de la inseguridad.



COLOMBIA

Las ausencias laborales por depresión ya están cubiertas en Colombia, y pueden llegar hasta 180 días. De hecho, está contemplada una pensión por trastorno mental. Las incapacidades están relacionadas con la patología presentada y el grado de severidad, hay unas leves -de tres días-, aunque hay incapacidades de seis meses, y en casos muy severos puede diagnosticarse incapacidad total o permanente.

En Colombia también, en caso de padecer una enfermedad mental puede tramitarse una pensión, dependiendo de diversos factores: la severidad de la patología, ya sean depresiones que estén ligadas con intentos de suicidio o temas muy complicados y que sean calificados como severos por expertos, o temas de trastorno maniaco-depresivo, esquizofrenia, entre otras. Estas incapacidades las otorga el médico, y en caso de que sean repetitivas o severas hay una instancia -las Juntas de Calificación Regional- que las evalúan para determinar si son casos avanzados y entonces se da la incapacidad definitiva.

En este país existe una obligatoriedad de apoyo de las empresas a sus empleados en temas de salud mental, particularmente en casos de emergencia. Las compañías contratan este servicio con proveedores privados. Adicionalmente, las organizaciones tienen que impartir programas de manejo de estrés y gestionar programas de intervención según la encuesta aplicada en las compañías. Y para patologías, las empresas deben ofrecer la atención básica de seguridad y en caso de afectaciones, como el maniaco-depresivo o esquizofrenia, deben cubrir la atención básica.

Cuando un ciudadano colombiano no tiene cobertura privada, el acceso es complejo, y en la práctica no es muy viable; hay poca disponibilidad. La telemedicina aplicada a la salud mental es un servicio ofrecido por diferentes compañías.

En este país se realizan encuestas para prevenir riesgos psicosociales y tomar acciones basadas en los resultados. También se está fortaleciendo la atención primaria en salud mental mediante la capacitación de profesionales de la salud, la promoción de programas de prevención y atención temprana y brindando apoyo a las poblaciones vulnerables como las víctimas del conflicto armado, los desplazados, los refugiados y las personas en situación de calle.

Los conflictos armados se sosgaron gracias al acuerdo de paz. Sin embargo, surgieron otras inquietudes como los problemas económicos, el crecimiento de la pobreza, la devaluación del peso, el cambio de presidente y también la inflación y los problemas económicos.



En Colombia se han establecido estrategias de intervención, no solo como urgencias, sino programas bien establecidos. En este país, las áreas de RRHH se han enfocado en fomentar que la salud mental sea parte del bienestar de la gente, siempre partiendo de un diagnóstico y generar así estrategias de intervención acompañados de los recursos de atención. Y luego dispensar los medicamentos para los afectados.

La población colombiana ha presentado un deterioro de su salud mental en los últimos 20 años. En relación con los trastornos mentales se identificó que 1 de cada 10 personas en 2017 padeció un trastorno mental y estos se posicionan entre las 20 primeras causas de años de vida ajustados por discapacidad (AVAD)² entre 2008 y 2018 (Institute for Health Metrics and Evaluation, 2019).

Por otro lado, la violencia y el consumo de sustancias psicoactivas (SPA) son considerados tanto factores que influyen en la aparición de síntomas mentales, como problemas mentales en sí mismos. En este sentido, entre los años 1990 y 2017, la violencia ocupó la primera causa de muerte y discapacidad en el país (Institute for Health Metrics and Evaluation, 2019).

Las posibles causas del deterioro de la salud mental de la población colombiana se asocian a tres problemáticas principales:

1. La baja coordinación intersectorial en temas de salud mental.
2. Las barreras en los entornos y en las competencias socioemocionales de los individuos.
3. Las limitaciones en la atención integral e inclusión social de personas con problemas o trastornos mentales.



En Colombia, la evaluación de los factores de riesgo psicosocial es de cumplimiento obligatorio por parte de todas las empresas y está dentro de los aspectos de Salud y Seguridad en el Trabajo. Luego de conocer el panorama de factores de riesgo y su priorización, se requiere de la articulación y cooperación de las diferentes áreas de la empresa y cada uno de los trabajadores, para desarrollar las medidas preventivas y correctivas. Los expertos han de tomar en cuenta la realidad y necesidades de la organización, pues no es adecuado pensar en intervenciones como ‘recetas’, sería errado creer que las mismas medidas sirvan para todas.

Las iniciativas de salud mental son derivadas de la encuesta de riesgo psicosocial, por normativa las compañías deben ofrecer atención de emergencia (normalmente son líneas especializadas de atención) y luego gestionar cada uno de los casos. También deben implementar programas de vigilancia epidemiológica e intervención para salud mental.

MÉXICO

En este país se estima que al año 24.8 millones de personas (19.9% de la población) presenta algún trastorno psicoemocional. Cerca de 5% de los habitantes tiene uno severo. Los trastornos más frecuentes son depresión en 5.3%, seguido del trastorno por consumo de alcohol 3.3% y el obsesivo compulsivo 2.5%.

Los esfuerzos tanto de las empresas como del gobierno se han basado en seguir las normas, legislaciones y políticas públicas que buscan la prevención, el diagnóstico y el tratamiento de los problemas mentales y riesgos psicosociales en lugares de trabajo.

Sin embargo, en este país hay una brecha de tratamiento, es decir, entre el número de personas que padecen un trastorno y los que reciben atención: 81.4% de afectados no recibe una atención apropiada. De ahí que se lanzara una campaña nacional para reducir el estigma y promover la atención de la salud mental en la población.

La medicina de primer contacto no consideraba los trastornos de salud mental dentro de su ámbito de atención y competencia, principalmente porque no se contaba con suficiente personal capacitado para el abordaje y atención de los trastornos mentales.

Se cuenta con 434 establecimientos de salud mental y adicciones de la Secretaría de Salud Federal y Estatales a lo largo del país. Siendo que los servicios de salud mental y adicciones solo representan el 2.7% de los centros de atención primaria, el 4.8% de los consultorios y el 6.5% de las camas censables

En abril del 2022 la Cámara de Diputados concluyó un proceso legislativo que comenzó en 2018 para garantizar el acceso universal e igualitario a servicios de atención médica de enfermedades mentales y adicciones. Estas reformas buscan sustituir el aislamiento en hospitales psiquiátricos con servicios integrales de prevención y tratamiento en los que se involucre a toda la comunidad. Aunado a esta legislación, existen normativas enfocadas en el cuidado psicoemocional de los trabajadores, las cuales se abordarán más adelante en el presente documento.





México posee 434 establecimientos de salud mental y adicciones que forman parte de la infraestructura de la Secretaría de Salud del gobierno federal y de los gobiernos estatales. Los servicios de salud mental y adicciones solo representan 2.7% de los centros de atención primaria, 4.8% de los consultorios y 6.5% de las camas censables.

La telemedicina aplicada a la salud mental es un servicio ofrecido por diferentes compañías. Incluso se sensibilizaron estos servicios con casos de éxito y testimonios muy vívidos de usuarios externos que gozaron de los beneficios. Sin embargo, actualmente en México hay poca usabilidad.

La Secretaría del Trabajo y Previsión Social emitió una regla, la NOM-035, con el objetivo de establecer los elementos para identificar, analizar y prevenir los factores de riesgo psicosocial, así como para promover un entorno organizacional favorable en los centros de trabajo. El incumplimiento de esta norma es causa de multas con sanciones severas.

El burnout ya es reconocido por la Organización Mundial para la Salud (OMS). En México se está considerando incluirlo en la lista de padecimientos laborales.

En las ciudades grandes de México, el transporte público es muy importante y la gente pierde mucho tiempo en moverse y esto genera mucho estrés adicional. Según una encuesta realizada por el diario

El País, la inseguridad es la principal preocupación de los mexicanos por encima de los problemas económicos y de la inflación que asedia a millones de personas.

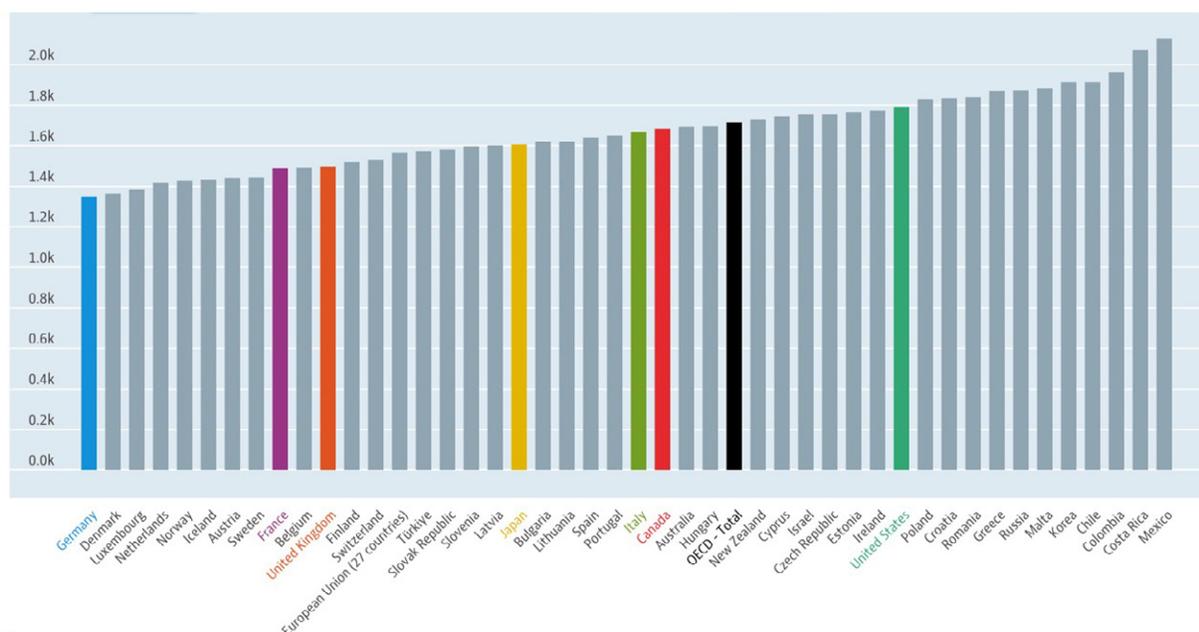
En México se han hecho implementaciones tanto en lo holístico (webinars, mindful, meditaciones) y en la atención directa uno a uno con psicólogos. Tras este acompañamiento se hace nuevamente la evaluación y se ha visto mejoría en temas de engagement, en la red de apoyo social de los trabajadores y en la disminución en el tema de presentismo y ausentismo. Estos temas se pueden conocer vía encuestas, así fue como se obtuvo el dato, pero también vía una evaluación que califica el bienestar psicológico. De esta forma es que se pueden conocer y medir diferentes áreas del colaborador.

En América Latina un 76 % de la población padece el síndrome de burnout. En un estudio de la OCDE ¿Cómo va la vida en América Latina? de 2021, México es el primer país del mundo en burnout laboral con un 75 % en donde 8 de cada 10 mujeres lo padecen, superando a países como China (73%) y Estados Unidos (59%).

México, por ejemplo, era uno de los países con más fatiga por estrés laboral desde antes de la COVID-19, pues al menos 75% de las personas trabajadoras sufría esta condición, según el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS).

México es el país de la OCDE en donde se dedican más horas al trabajo. Datos de 2019 muestran que los mexicanos, en promedio, trabajan 2 mil 137 horas al año; mientras que los países de la OCDE tienen un promedio de mil 730 horas.

Es decir, que en México se trabaja 23% más horas. Los otros cuatro países con más horas de trabajo en promedio son: Costa Rica (2 mil 60 horas al año), Corea del Sur (mil 967), Rusia (mil 965) y Grecia (mil 949). Los países con menos horas promedio de trabajo son Dinamarca (mil 380), Noruega (mil 384), Alemania (mil 386), Holanda (mil 434), y Suecia (mil 452).



Lockton México, dentro del área de Wellness, cuenta con un programa el cual promueve iniciativas que generan conciencia de la importancia del autocuidado. Busca, sobre todo, desarrollar una cultura de salud empresarial que fomente de manera continua estilos de vida saludables y, por ende, bienestar, incrementen la productividad y evite riesgos psicosociales.

El programa Be-Lockton está desarrollado en base a 4 pilares de salud siendo uno de ellos el pilar PAUSE ME. Es un programa enfocado en la promoción de estrategias de prevención, atención y seguimiento en temas de bienestar emocional, dirigido a todos los colaboradores de las empresas.

Se emplean herramientas digitales para ofrecer evaluaciones del estado emocional de los colaboradores. Una vez identificado el nivel de estrés y los factores de riesgo que pudieran generar discomfort, se generan programas integrales de salud los cuales implementan medidas y acciones las cuales ayuden a prevenir el estrés laboral, mejorar el ambiente organizacional y condiciones de trabajo. Reflejándose los beneficios a nivel individual y empresarial.



En este país, la salud mental ya está regida por una ley y las enfermedades mentales forman parte del Aseguramiento Universal de Salud, esto quiere decir que tanto el Estado (mediante el Ministerio de Salud MINSA, EsSalud, etc.) como las compañías de seguro (EPS) tienen la obligación de otorgar programas psiquiátricos y todos los males están cubiertos. Esto no quiere decir que sean gratuitos, sino que quizá haya que pagar algún deducible.

El programa opera desde hace año y medio, sin embargo, no hay buena difusión. El estado peruano ha creado varios centros de ayuda, sobre todo en temas de ansiedad y depresión, que son los principales males que afectan tras el COVID. La falta de difusión no ayuda a que la gente pierda el miedo a la enfermedad psiquiátrica.

Los esfuerzos se han basado en seguir las normas, legislaciones y políticas públicas que buscan la prevención, el diagnóstico y el tratamiento de los problemas mentales y riesgos psicosociales en lugares de trabajo.

En Perú, el tema de telemedicina ayudó mucho al comienzo de la pandemia por COVID, pero en la actualidad la gente ya no lo usa tanto.

Para prevenir riesgos psicosociales y tomar acciones basadas en los resultados, el estado peruano realiza encuestas. Con la finalidad de contribuir a la prevención y al control de los problemas de salud mental, el Ministerio de Salud implementó y viene ejecutando la atención a este tema en establecimientos de salud centinela. Esta vigilancia epidemiológica es un proceso sistemático y continuo de levantamiento de información de problemas de esta índole que ayudan a generar un diagnóstico y, en consecuencia, a dar atención.

¡Los desastres naturales también son un detonador de inestabilidad en la salud mental. Las inundaciones son noticia que se repite año con año en el Perú. Desde finales de enero de 2017, un repentino y anormal calentamiento de las aguas del Océano Pacífico frente a las costas del Perú, lo que se conoce como 'El Niño Costero', provocó las más mortíferas lluvias torrenciales, tormentas, inundaciones y rachas de viento de las últimas décadas.

En 2023, la noticia que destacaban los diarios del país era que, según el Instituto Nacional de Defensa Civil, desde que se inició la temporada de lluvias, en septiembre de 2022, se habían reportado 61 personas fallecidas, alrededor de 12 mil damnificados, más de 49 mil afectados y 8 desaparecidos en todo el territorio peruano.



Perú ha tenido problemas con gobiernos que han tenido escaso respaldo ciudadano y político y esto genera incertidumbre, bajo crecimiento económico y aumento de pobreza extrema y desigualdad, acrecentando las brechas entre los estratos socio económicos.

En Perú sería útil poner semáforos de estrés, y mantener -como hasta ahora- el debido respeto a la ley de confidencialidad y diagnóstico. Otro tema es enmarcar la gran diferencia entre el estrés y los signos de alarma en los temas de depresión y ansiedad. Las empresas deberían enfocarse en esto y en la confidencialidad del diagnóstico para que los trabajadores puedan hablar libremente con los médicos y ser atendidos con absoluta discreción.



Latinoamérica

Hay coincidencias entre los diferentes países de la región y aquí señalamos algunas que deben atenderse, o que ya fueron resueltas y para lo cual debe imitarse la respuesta.

La incapacidad de corto plazo sigue siendo un problema en Latinoamérica, en algunos países se puede pedir una licencia temporal de una semana, por ejemplo, el fallecimiento de un familiar o alguna patología de salud mental están previstos, y es entonces que se otorga una licencia con goce de sueldo y para que ocurra se requiere la autorización de un médico.

Algunos de los problemas de salud mental más comunes en América Latina incluyen la depresión, la ansiedad y el abuso de sustancias, que a menudo están relacionados con factores como la pobreza, la violencia y la desigualdad social, aunque también en las esferas altas de la sociedad, el acceso económico a las drogas ha permitido su uso. En los últimos años, ha habido una tendencia hacia enfoques más holísticos para el cuidado de la salud mental, con énfasis en la prevención, la intervención temprana y los programas comunitarios.

En general, los países latinoamericanos poseen los centros necesarios para brindar atención y algunos realizan campañas de concientización, sensibilización y prevención, además de contar con programas nacionales en donde establecen la salud como una prioridad.

Sin embargo, en los últimos años ha habido un mayor reconocimiento por parte de los gobiernos de la región sobre la importancia de abordar la salud mental como tema integral de la atención de la salud. Para ello, se han llevado a cabo diversas iniciativas para mejorar la atención y dar más acceso a servicios de salud mental en algunos países de Latinoamérica.

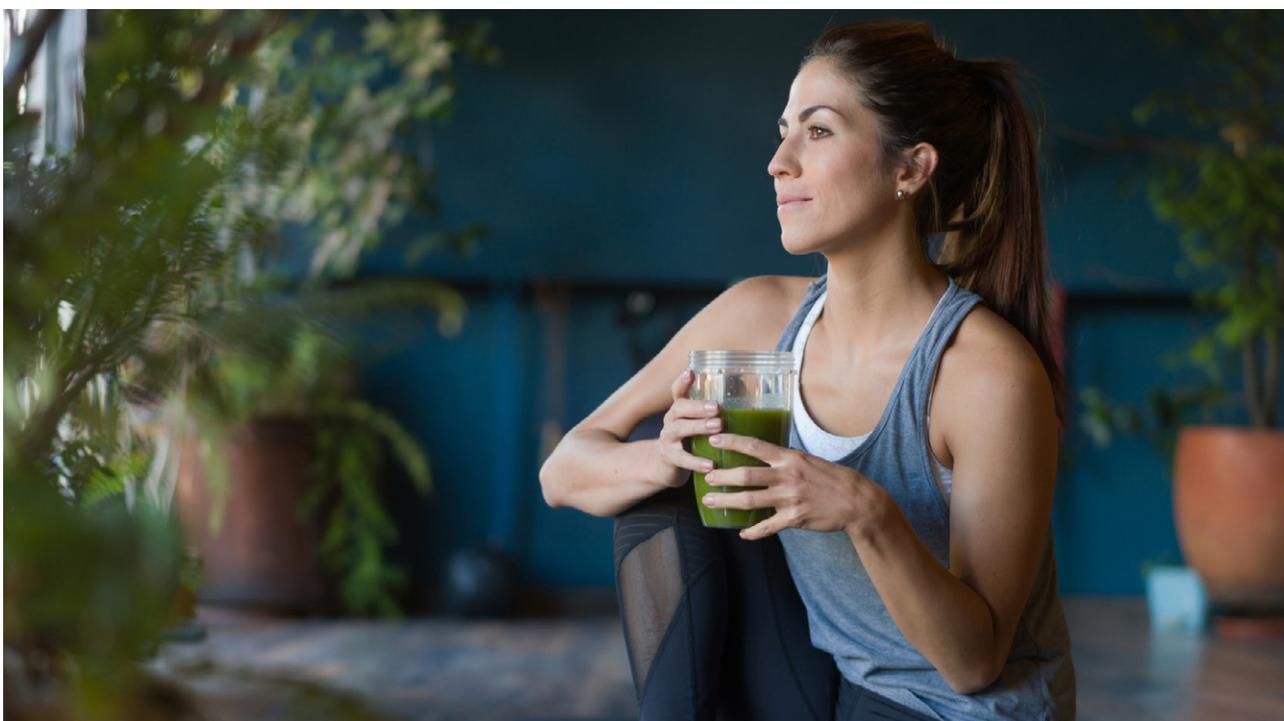
Aún hay muchos desafíos que enfrentan los sistemas de salud mental en la región, como la falta de recursos y personal capacitado, la discriminación y el estigma asociados con los problemas derivados de esta condición, y la falta de acceso a servicios de salud mental para segmentos vulnerables como la población de escasos recursos, el sector informal, los migrantes y las comunidades indígenas. Empero desde la pandemia por COVID-19 existe un reconocimiento creciente de la importancia de la salud mental en toda la región y un compromiso para abordar los problemas de salud mental.

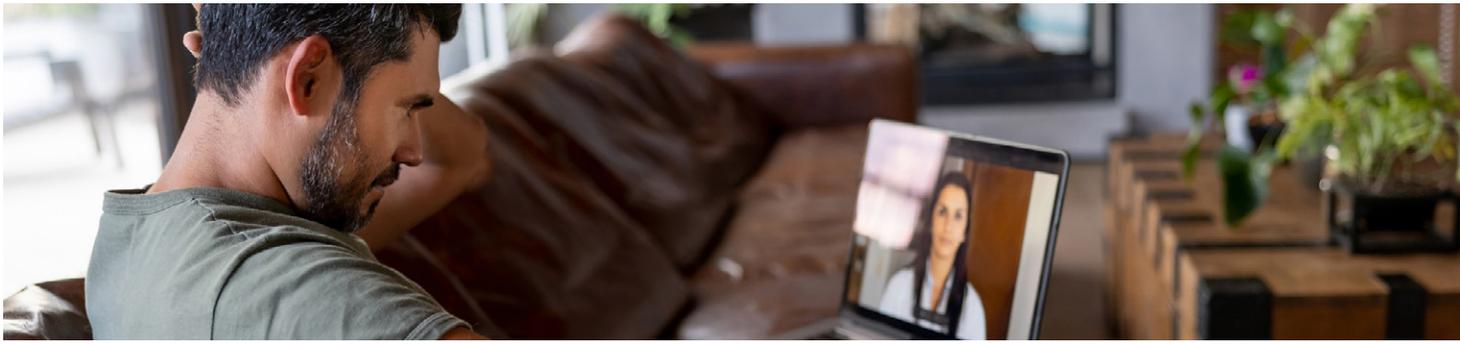
En Latinoamérica se fomenta el uso de los servicios de salud mental a través de programas públicos y privados de prevención con campañas de comunicación que buscan crear conciencia en todas las partes involucradas, se proveen los recursos como asistencia y soporte emocional y se promueve el uso de la tecnología para mejorar el acceso a los servicios de salud mental.

Sin embargo, en los últimos años ha habido un mayor reconocimiento por parte de los gobiernos de la región sobre la importancia de abordar la salud mental como tema integral de la atención de la salud. Para ello, se han llevado a cabo diversas iniciativas para mejorar la atención y dar más acceso a servicios de salud mental en algunos países de Latinoamérica.

Aún hay muchos desafíos que enfrentan los sistemas de salud mental en la región, como la falta de recursos y personal capacitado, la discriminación y el estigma asociados con los problemas derivados de esta condición, y la falta de acceso a servicios de salud mental para segmentos vulnerables como la población de escasos recursos, el sector informal, los migrantes y las comunidades indígenas. Empero desde la pandemia por COVID-19 existe un reconocimiento creciente de la importancia de la salud mental en toda la región y un compromiso para abordar los problemas de salud mental.

En Latinoamérica se fomenta el uso de los servicios de salud mental a través de programas públicos y privados de prevención





Los diferentes gobiernos de la región han creado políticas públicas específicas para abordar la salud mental. El objetivo es garantizar el acceso a servicios de calidad para la prevención, el diagnóstico y el tratamiento de los trastornos mentales.

Para fomentar el uso de los servicios de salud mental es necesario abordar diversos factores, desde la educación y la sensibilización hasta la accesibilidad y la disponibilidad de servicios. La promoción de la atención temprana y las intervenciones comunitarias también pueden ser efectivas para fomentar el uso de los servicios de salud mental. Hay que resaltar la importancia de los recursos humanos y el liderazgo para fomentar la búsqueda por el tratamiento de sus empleados, mantener la confidencialidad y crear un ambiente acogedor.

Otras de las preocupaciones que alteran el estado psicológico de la población latinoamericana están la inseguridad y violencia (delincuencia, homicidios, feminicidios, robos, extorsiones, secuestros, fraudes, violencia de género) y los problemas económicos, políticos y sociales.

La inseguridad financiera es fuente de estrés para muchos ciudadanos de la región. Las personas se preocupan por pagar sus deudas y cubrir los gastos básicos del hogar, aunado a los altos costos de vida.

A grandes rasgos son causas de estrés en la región la inestabilidad política, la corrupción, el crimen organizado, la violencia de género, las crisis económicas, la pobreza, el COVID-19, desastres naturales, la presión laboral, la falta de trabajo, los problemas financieros, por mencionar algunos.

Es importante que los diferentes países de la región puedan cubrir todos o la mayoría de los siguientes puntos:

- Contar con proveedores de salud mental.
- Tener líneas de apoyo de soporte emocional.
- Ofrecer consultas psicológicas para empleados (presenciales o virtuales).
- Dotar a los brókers para que tengan herramientas como webinars para apoyo emocional como el programa Ser Pleno (parte del Quiérete+ Pleno), juegos como y el Quiérete+ Divertido que se realizan en Perú, por ejemplo.
- Trabajar en la cultura organizacional de las empresas para quitar tabús respecto al apoyo de salud mental.
- Realizar un diagnóstico e intervención en salud mental es una necesidad que tienen las empresas.
- Implementar recursos adaptados a las necesidades y accesos específicos del colectivo.



No en todos los países de Latinoamérica es confidencial la detección de enfermedades mentales. En donde sí ocurre, las empresas reciben datos generales de qué trastornos fueron atendidos. Es importante difundir que la atención y el tratamiento a cualquier paciente por enfermedad mental debe ser confidencial.

El teletrabajo o el trabajo híbrido tiene una carga importantísima en los empleados que tienen cargas duales: trabajan desde casa, sin atender los problemas domésticos. Esto genera mucho desequilibrio entre ellos.

Si se desea un ambiente de trabajo más saludable y menos estresado, las organizaciones deben dar el ejemplo de bienestar y que no van a tolerar presiones innecesarias. No es un caso aislado, los departamentos de RRHH deben garantizar la certeza de que los trabajadores tendrán un ambiente sano. ¿Cómo se activa a los empleadores a que inviertan en difusión de ambientes más sanos? Ese es el meollo del tema, pues esto genera más productividad y al final más ganancias para la empresa.





UNCOMMONLY INDEPENDENT