**PROGRAMA**

DOCUMENTO TÉCNICO

DOCUMENTO TÉCNICO

DOCUMENTO TÉCNICO

DOCUMENTO TÉCNICO

DOCUMENTO TÉCNICO

DOCUMENTO TÉCNICO

DOCUMENTO TÉCNICO

DOCUMENTO TÉCNICO

DOCUMENTO TÉCNICO

DOCUMENTO TÉCNICO

DOCUMENTO TÉCNICO

DOCUMENTO TÉCNICO

DOCUMENTO TÉCNICO

DOCUMENTO TÉCNICO

DOCUMENTO TÉCNICO

**PROGRAMA DE SALUD MENTAL, SEGÚN RESOLUCION 0004886 DEL 2018, POR LA CUAL SE ADOPTA LA POLITICA NACIONAL DE SALUD MENTAL**



**empresa social del estado**

**hospital san jose de maicao**

**maicao, la guajira**

**TABLA DE CONTENIDO**

[I. PRESENTACION 3](file:///D%3A%5CSG_Documental_HSJM%5CGesti%C3%B3n%20Mejoramiento%20Continuo%5CFormatos%5C001%20Formato%20Instructivos%2C%20Proyectos%2C%20etc..docx#_Toc114067333)

[II. OBJETIVOS 4](file:///D%3A%5CSG_Documental_HSJM%5CGesti%C3%B3n%20Mejoramiento%20Continuo%5CFormatos%5C001%20Formato%20Instructivos%2C%20Proyectos%2C%20etc..docx#_Toc114067334)

[III. ALCANCE 5](file:///D%3A%5CSG_Documental_HSJM%5CGesti%C3%B3n%20Mejoramiento%20Continuo%5CFormatos%5C001%20Formato%20Instructivos%2C%20Proyectos%2C%20etc..docx#_Toc114067335)

IV. JUSTIFICACION………………………………………………………………………………………6

V. DETERMINANTES DE LA SALUD MENTAL…………………………………………………… 11

VI. ATENCIÓN Y TRATAMIENTO DE TRASTORNOS DE SALUD MENTAL……………………13

VII. RECURSOS……………………………………………………………………………………… 14

VIII. ACTIVIDADES…………………………………………………………………………………… 16

IX. METODOLOGIA…………………………………………………………………………………….17

BIBLIOGRAFIA………………………………………………………………………………………….18

[ELABORACIÓN Y CONTROL DE CAMBIOS 19](file:///D%3A%5CSG_Documental_HSJM%5CGesti%C3%B3n%20Mejoramiento%20Continuo%5CFormatos%5C001%20Formato%20Instructivos%2C%20Proyectos%2C%20etc..docx#_Toc114067336)

1. PRESENTACION

El programa tiene el propósito de servir de instrumento orientador a los prestadores de servicios del sistema, y los pacientes que requieran la atención desde los diferentes servicios del hospital en busca de promocionar, orientar e intervenir en las necesidades de salud mental tales como ansiedad, depresión, crisis de angustia, estrés, miedo, adicciones, duelos, problemas de autoestima, trastornos psicológicos, maltratos y abusos (verbal, físico y psicológico). La organización de estas acciones de promoción, prevención e intervención en la institución debe permitir que los trabajadores tengan la oportunidad de reconocer la necesidad de la asistencia y/o ayuda psicológica para que se lleve a cabo la atención a tiempo de las necesidades del paciente y los miembros de la institución.

El propósito es que a través de estrategias se pueda alivianar cargas o presiones que se puedan generar por la exposición a la pandemia actual o las situaciones en el entorno laboral, familiar social y personal, a fin de reducir los niveles de estrés y ansiedad generados con la perdida de espacios ya que se eliminó la vida social, cultural, los viajes, fiestas, compras, cine, playa y se mezclaron todos los escenarios en el lugar de descanso (casa-hogar) por la emergencia sanitaria.

Además evitar situaciones de violencia y disfuncionalidad familiar, separación, teniendo en cuenta que el aislamiento ha sido una medida que nos ha llevado a distanciarnos aunque nos encontremos en el mismo lugar, puesto que no se fomentan espacios de interacción, juegos y fortalecimiento de lazos afectivos, se busca concientizar a los usuarios y trabajadores de la importancia que tiene recuperar y/o restaurar las relaciones afectivas entre los miembros de la casa, y romper las barreras existentes.

Finalmente se busca establecer una alianza terapéutica en la que se darán a conocer los servicios de salud mental y como se llevaran a cabo, explicando cómo se orientara al usuario y/o trabajador a canalizar la situación de salud mental. Con el mismo sentido, apoyándonos de las redes de apoyo del consultado.

III. OBJETIVOS

II. OBJETIVOS

**GENERAL**

Promover la salud mental como elemento integral de la garantía del derecho a la salud de todas las personas, familias y comunidades entendidos como sujetos individuales y colectivos, para el desarrollo integral y la reducción de riesgos asociados a los problemas y trastornos mentales, el suicidio, las violencias interpersonales y la epilepsia.

La política de salud mental de la E.S.E Hospital san José de Maicao, se caracteriza por los siguientes ejes:

1. Promoción de la convivencia y salud mental de los entornos

2. Prevención de los problemas de salud mental individual y colectiva, así como de los trastornos mentales y epilepsia.

3. Atención integral de los problemas, trastornos mentales y epilepsia. Tratamiento integral

4. Rehabilitación integral e inclusión social

5. Gestión, articulación y coordinación sectorial e intersectorial.

**Objetivos Específicos**

• Desarrollar acciones que permitan eliminar los estereotipos que impiden que el sujeto logre adaptarse a los escenarios sin caer en problemas emocionales o de riesgos para su salud mental.

• Proporcionar al personal de salud las estrategias y/o herramientas necesarias para que lleven a cabo una adecuada atención de primeros auxilios psicológicos.

• Generar y promover un comportamiento resiliente que ayude a que las personas vuelvan a insertarse en la vida.

• Concientizar a los usuarios en consulta y los funcionarios de la E.S.E HSJM que la salud mental también hace parte importante de la salud y bienestar integral.

III.ALCANCE

El alcance del programa de salud mental se extiende a todos los niveles y procesos de la organización, con cobertura a los funcionarios, contratistas y subcontratistas Y usuarios de la E.S.E Hospital San Jose De Maicao en Intervención.

IV. JUSTIFICACION

Concepto de Salud mental El artículo 3 de la ley 1616 de 2013 (Ley de salud mental), define la salud mental como “un estado dinámico que se expresa en la vida cotidiana a través del comportamiento y la interacción de manera tal que permite a los sujetos individuales y colectivos desplegar sus recursos emocionales, cognitivos y mentales para transitar por la vida cotidiana, trabajar, establecer relaciones significativas y contribuir a la comunidad” Para la OMS, salud mental es “un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad”

Plan Nacional para la Promoción de la Salud, la Prevención y la Atención del Consumo de sustancias psicoactivas 2014-2021. “Este plan define una actuación articulada entre actores y sectores públicos, privados y comunitarios que crea condiciones para garantizar el bienestar integral y la calidad de vida en Colombia”, tiene dentro de sus líneas: el fortalecimiento institucional, la promoción de la salud, la prevención, el tratamiento y la reducción de riesgos y daños, en relación al consumo de sustancias psicoactivas1. Resolución 429 de 2016. Política de Atención Integral en Salud PAIS. Art 1: “…. El objetivo de la PAIS está dirigido hacia la generación de las mejores condiciones de la salud de la población, mediante la regulación de la intervención de los integrantes sectoriales e intersectoriales responsables de garantizar la atención de la promoción, prevención, diagnóstico, tratamiento, rehabilitación y paliación en condiciones de accesibilidad, aceptabilidad, oportunidad, continuidad, integralidad y capacidad de resolución”.

Teniendo en cuenta las RUTAS de atención integral en salud dadas por el Ministerio De Salud Protección Social las cuales las han definido como el conjunto de acciones coordinadas, complementarias y efectivas para garantizar el derecho a la salud, expresadas en políticas, planes programas proyectos, estrategias y servicios, que se materializan en atenciones dirigidas a las personas, familias y comunidades, a fin de conseguir la promoción de la salud y prevención de afecciones en salud mental y/o enfermedades mentales puedan obtener un diagnóstico, tratamiento, rehabilitación y cuidados paliativos.

La salud mental actualmente es una problemática de salud pública que ha sido objeto de interés nacional puesto que se ha evidenciado que no se tiene la capacidad de afrontar situaciones y resolver los conflictos y/o problemas y las personas terminan aferrándose al consumo de sustancias psicoactivas, alcohol, miedo, estrés, ansiedad, maltrato físico verbal y psicológico, violencia intrafamiliar en el peor de los casos el suicidio

Los trabajadores de la salud cuando se ven enfrentados a situaciones de alta demanda de trabajo y de condiciones inseguras, especialmente en situaciones de emergencia sanitaria como la que el País enfrenta en este momento, pueden llegar a presentar ansiedad o manifestaciones emocionales alteradas, ya que, en el ambiente hospitalario, además de trabajar con sus propias emociones y conflictos, los trabajadores deben abordar también las necesidades emocionales de sus pacientes y algunos familiares.

La prevención más efectiva para evitar o retrasar la aparición de una enfermedad mental es aquella que se realiza con población que no está demandando atención por salud mental, pero que presenta factores de riesgo o está comenzando a presentar problemas o síntomas de una probable enfermedad mental relacionada con la atención en salud

Se deben llevar a cabo:

• Primeros auxilios psicológicos.

• Evaluar las necesidades y preocupaciones.

• Escuchar a las personas, pero no presionarlas para que hablen.

• Reconfortar a las personas y ayudarlas a sentir calma.

• Ayudar a las personas para acceder a información, servicios y apoyos sociales.

• Proteger a las personas de ulteriores peligrosos.

La salud mental es un componente integral y esencial de la salud. La Constitución de la OMS dice: «La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades.» Una importante consecuencia de esta definición es que considera la salud mental como algo más que la ausencia de trastornos o discapacidades mentales.

La salud mental es un estado de bienestar en el que la persona realiza sus capacidades y es capaz de hacer frente al estrés normal de la vida, de trabajar de forma productiva y de contribuir a su comunidad. En este sentido positivo, la salud mental es el fundamento del bienestar individual y del funcionamiento eficaz de la comunidad.

La salud mental y el bienestar son fundamentales para nuestra capacidad colectiva e individual de pensar, manifestar sentimientos, interactuar con los demás, ganar el sustento y disfrutar de la vida. Sobre esta base se puede considerar que la promoción, la protección y el restablecimiento de la salud mental son preocupaciones vitales de las personas, las comunidades y las sociedades de todo el mundo.

**V. DETERMINANTES DE LA SALUD MENTAL**

La salud mental individual está determinada por múltiples factores sociales, psicológicos y biológicos. Por ejemplo, las presiones socioeconómicas persistentes constituyen un riesgo bien conocido para la salud mental de las personas y las comunidades. Las pruebas más evidentes están relacionadas con los indicadores de la pobreza, y en particular con el bajo nivel educativo.

La mala salud mental se asocia asimismo a los cambios sociales rápidos, a las condiciones de trabajo estresantes, a la discriminación de género, a la exclusión social, a los modos de vida poco saludables, a los riesgos de violencia y mala salud física y a las violaciones de los derechos humanos.

También hay factores de la personalidad y psicológicos específicos que hacen que una persona sea más vulnerable a los trastornos mentales. Por último, los trastornos mentales también tienen causas de carácter biológico, dependientes, por ejemplo, de factores genéticos o de desequilibrios bioquímicos cerebrales.

**Promoción y protección de la salud mental**

La promoción de la salud mental consiste en acciones que creen entornos y condiciones de vida que propicien la salud mental y permitan a las personas adoptar y mantener modos de vida saludables. Entre ellas hay una serie de acciones para aumentar las posibilidades de que más personas tengan una mejor salud mental.

Un ambiente de respeto y protección de los derechos civiles, políticos, socioeconómicos y culturales básicos es fundamental para la promoción de la salud mental. Sin la seguridad y la libertad que proporcionan estos derechos resulta muy difícil mantener un buen nivel de salud mental.

Las políticas nacionales de salud mental no deben ocuparse únicamente de los trastornos mentales, sino reconocer y abordar cuestiones más amplias que fomentan la salud mental como la incorporación de la promoción de la salud mental a las políticas y programas de los sectores gubernamental y no gubernamental. Además del sector de la salud, es esencial la participación de los sectores de la educación, el trabajo, la justicia, el transporte, el medio ambiente, la vivienda o la asistencia social.

La promoción de la salud mental depende en gran medida de estrategias intersectoriales. Entre otras formas concretas de fomentar la salud mental se pueden mencionar:

• Las intervenciones en la infancia precoz (por ejemplo, la creación de un entorno estable que atienda las necesidades de salud y nutrición del niño, lo proteja de las amenazas y le proporcione oportunidades de aprendizaje precoz e interacciones que sean sensibles, le den apoyo emocional y estimulen su desarrollo);

• El apoyo a los niños (por ejemplo, programas de creación de capacidades y programas de desarrollo infantil y juvenil);

• La emancipación socioeconómica de la mujer (por ejemplo, mejora del acceso a la educación y concesión de microcréditos):

• El apoyo social a las poblaciones geriátricas (por ejemplo, iniciativas para hacer amistades y centros comunitarios y de día);

• los programas dirigidos a grupos vulnerables, y en particular a las minorías, los pueblos indígenas, los migrantes y las personas afectadas por conflictos y desastres (por ejemplo, intervenciones psicosociales tras los desastres)

• Las actividades de promoción de la salud mental en la escuela (por ejemplo, programas de apoyo a los cambios ecológicos en la escuela y escuelas amigas de los niños);

•las intervenciones de salud mental en el trabajo (por ejemplo, programas de prevención del estrés);

• Las políticas de vivienda (por ejemplo, mejora de las viviendas);

• Los programas de prevención de la violencia (por ejemplo, la reducción de la disponibilidad del alcohol y del acceso a las armas);

• Los programas de desarrollo comunitario (por ejemplo, iniciativas de colaboración ciudadana y de desarrollo rural integrado);

• La reducción de la pobreza y la protección social para los pobres;

• Legislación y campañas contra la discriminación;

• Promoción de los derechos, las oportunidades y la atención de las personas con trastornos mentales.

**VI. ATENCIÓN Y TRATAMIENTO DE TRASTORNOS DE SALUD MENTAL**

En el contexto de los esfuerzos nacionales por desarrollar y aplicar políticas relativas a la salud mental, es esencial, no solo proteger y promover el bienestar mental de los ciudadanos, sino también satisfacer las necesidades de las personas con trastornos de salud mental.

En el último decenio ha mejorado considerablemente el conocimiento de lo que hay que hacer en relación con la creciente carga de morbilidad derivada de trastornos mentales. Existe un corpus cada vez mayor de pruebas científicas que demuestran la eficiencia y la buena relación costo-eficacia de intervenciones cruciales para abordar trastornos mentales prioritarios en países con diferentes niveles de desarrollo económico. Entre las intervenciones costo eficaz, viable y asequible se pueden mencionar:

• Tratamiento de la epilepsia con medicación antiepiléptica;

• Tratamiento de la depresión con psicoterapia y, en casos moderados y graves, antidepresivos (genéricos);

• Tratamiento de la psicosis con medicamentos antipsicóticos más antiguos y apoyo psicosocial al paciente;

• Aplicación de impuestos a las bebidas alcohólicas y restricción de su disponibilidad y comercialización.

También existe una serie de medidas eficaces para prevenir el suicidio, prevenir y tratar trastornos mentales en niños, prevenir y tratar la demencia y tratar los trastornos relacionados con el consumo de sustancias. El Programa de acción para superar la brecha en salud mental (mhGAP) ha elaborado directrices basadas en la evidencia para que los no especialistas puedan identificar y atender mejor una serie de trastornos mentales prioritarios.

En caso de ideación suicida se recomienda la derivación urgente a una consulta por psiquiatría, si presenta alguna de las siguientes condiciones:

* Trastorno mental grave
* Conducta auto agresiva grave previa
* Plan de suicidio elaborado
* Expresión de intencionalidad suicida que se mantenga al final de la entrevista
* Situación socio familiar de riesgo o falta de apoyo
* Duda sobre la gravedad de la ideación o riesgo de intento inmediato

En caso de intento de suicidio se recomienda la derivación urgente a un servicio de urgencias, si:

* Necesidad de tratamiento médico de las lesiones producidas, no susceptibles de ser atendidas en consulta externa.
* Intoxicación voluntaria con disminución del nivel de conciencia o agitación (previa estabilización del paciente).

 En caso de intento de suicidio, y en ausencia de los puntos anteriores, se recomienda la derivación urgente al servicio de psiquiatría, si:

* Alta letalidad del plan, independientemente de su resultado
* Presencia de enfermedad mental grave
* Conducta auto agresiva grave reciente
* Intentos de suicidio previos
* Situación socio familiar de riesgo o de falta de apoyo
* Duda sobre la gravedad del intento o riesgo de repetición.

VII. RECURSOS

Para la implementación del programa de salud mental de la E.S.E Hospital San Jose De Maicao en Intervención se hace necesario la combinación de los siguientes recursos:

|  |
| --- |
| **RECURSOS DEL PROGRAMA** |
| **HUMANO** | **FISICO** | **ECONOMICO** | **TECNICO** | **TECNOLOGICO** | **APOYO** |
| * Directivos
* Administrativos
* Funcionarios
* Contratistas
* Subcontratistas
* Pacientes / usuarios de las diferentes áreas de la E.S.E HSJM
 | * Áreas y/o servicios del centro de trabajo de la E.S.E. HSJM.
* Puesto de salud de Paraguachon.
 | Se gestionaran los recursos correspondientes para la adquisición de elementos necesarios para el desarrollo del programa de salud mental. | Elementos y útiles de oficina (papel, lápiz, lapiceros, escritorios, sillas) | * Equipos informáticos
* Impresoras
* cámaras fotográficas
 | * ARL Positiva
* ARL colmena
 |

VIII. ACTIVIDADES

Se deben llevar a cabo Los Primeros auxilios psicológicos que sirven como herramienta para:

* Evaluar las necesidades y preocupaciones
* Escuchar a las personas, pero no presionarlas para que hablen
* Reconfortar a las personas y ayudarlas a sentir calma
* Ayudar a las personas para acceder a información, servicios y apoyos sociales
* Proteger a las personas de ulteriores peligrosos
* No es algo que solo pueden hacer los profesionales no es asesoramiento profesional
* No es una terapia ni herramienta para hacer diagnostico
* No es pedir a alguien que analice lo que ha sucedido o que ordene los acontecimientos
* Aunque los Primeros Auxilios Psicológicos supone estar disponible pata escuchar las historias de las personas, no se trata de instar o presionar para que cuenten sus sentimientos y reacciones ante la situación

Sensibilización: Para toda la población trabajadora de la E.S.E HSJM y los pacientes que requieran la intervención teniendo en cuenta las diferentes áreas de atención y el tipo al que se exponen tomando en cuenta las afectaciones relacionadas con el estrés, ansiedad, y crisis de angustia. Entre otras declarada por COVID-19; o alguna situación en la que se requiera intervención con el fin de generar conciencia y conseguir bienestar integral en el sujeto

Promoción: a través de la educación en la higiene y seguridad en los diferentes servicios de la E.S.E. HSJM para desarrollar estrategias que permitan generar hábitos y estilos de vida saludable, en beneficio de la salud mental de los trabajadores que pudieran ser afectados y que a su vez estos puedan identificar y manejar situaciones con primeros auxilios psicológicos (PAP) durante la situación de la emergencia por COVID-19.

Prevención: se realizaran actividades de prevención enfocadas en el riesgo psicosocial generado por la situación de emergencia y que se pueden ver representadas en el estrés laboral, la ansiedad, la alteración del sueño, la convivencia laboral, familiar y social teniendo en cuenta que las jornadas siguen siendo las mismas pero los espacios y/o escenarios en los que se pueden realizar otras actividades ya no están.

1. METODOLOGIA

Haciendo uso de metodologías que permitan obtener una amplia cobertura en los trabajadores considerando y teniendo en cuenta las medidas y lineamientos de bioseguridad implementados en la institución tales como: distanciamiento social, uso de elementos de protección social (respiradores-tapabocas) y asepsia de manos.

Se realizara visita en las diferentes áreas y/o servicios socializando los mecanismos de prevención e intervención del riesgo psicosocial, que se pueda generar de la situación de emergencia por COVID-19 haciendo recomendaciones a los trabajadores relacionados con:

* Intervención en crisis
* Escucha activa
* Ansiedad
* Depresión
* Estrés
* Miedo
* La convivencia y salud mental que todos debemos seguir en la casa y en el trabajo durante los días que dure el brote
* Se suministraran Tips de autocontrol y manejo de estrés laboral
* Apoyo psicológico mediante consulta individual a los trabajadores que lo requieran, manteniendo la reserva y confidencialidad del individuo, y bajo la ética del profesional

**BIBLIOGRAFIA**

**https://www.minsal.cl/portal/url/item/71e4f2dd2b628460e04001011f01239d.pdf**

**https://www.minsalud.gov.co/Ministerio/Institucional/Procesos%20y%20procedimientos/GPSG03.pdf**

**https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/ED/GCFI/guia-ross-salud-mental.pdf**

**https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response**

ELABORACIÓN Y CONTROL DE CAMBIOS

ELABORACIÓN INICIAL DEL DOCUMENTO

| **CONTROL** | **FECHA** | **NOMBRE Y APELLIDO** | **CARGO** |
| --- | --- | --- | --- |
| REALIZÓ | 12/06/2023 | LESSY GOMEZ BETANCOURT | PSICOLOGA |
| REVISÓ | 22/07/2023 | MABIS MERCADO RUA | PROFESIONAL CALIDAD |
| APROBÓ | 02/08/2023 | HENRY MARTINEZ VEGA | SUBGERENTE |

CONTROL DE CAMBIOS

| **NOMBRE DEL DOCUMENTO** | **CÓDIGO** | **VER****SIÓN** | **FECHA MODIFICACIÓN** | **MODIFICACIÓN** | **RESPONSABLE** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| PROGRAMA SE SALUD MENTAL | C.E-PR:001 | 1 | 22/07/2023 | CONTENIDO | MABIS MERCADO RUA |
|  |  |  |  |  |  |

registro de comunicación del documento

| **NOMBRE Y APELLIDO** | **CARGO** | **FIRMA** | **FECHA** |
| --- | --- | --- | --- |
| CARLA ESCOBAR H. | LIDER CONSULTA EXTERNA |  | 04/08/2023 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |