

Universidad de Chile

Facultad de Ciencias Sociales

Departamento de Psicología

Diplomado de Psicología Comunitaria

Estrategias de Acción desde un Enfoque Comunitario

¿Qué entendemos por Salud Mental?

Autores: Yerko Figueroa

Francisco Grunert

En base a la actividad realizada en la clase del día 13 de agosto, en el presente ensayo responderemos a uno de esos cuestionamientos, específicamente a la pregunta **¿Qué entendemos por salud mental?** Para elaborar nuestra respuesta, analizaremos la definición propuesta en la guía “Salud Mental Gestión de la Crisis” (Martínez, 2020), con la finalidad de enriquecer la noción que se tiene del mismo.

La idea de salud mental ha sido un concepto muchas veces manoseado por la comunidad del conocimiento, es decir, aquellas personas que pertenecen a un mundo científico-profesionalizante y que producen conocimiento en instituciones académicas bajo el alero de un saber experto. En la temática de la salud mental, son los psicólogos, psiquiatras, trabajadores sociales, etc., los encargados de establecer parámetros y definiciones en un lenguaje técnico. Esto lo podemos observar en la definición de salud mental presente en la guía, donde se define como

la capacidad de las personas y de los grupos para interactuar entre sí y con el medio ambiente, de modo de promover el bienestar subjetivo, el desarrollo y uso óptimo de las potencialidades psicológicas (cognitivas, afectivas, relacionales), el logro de las metas individuales y colectivas, en concordancia con la justicia y el bien común. (Martínez, 2020, p. 2).

En esta definición, podemos apreciar algunas ideas que, para poder entenderlas en su totalidad, requieren un desarrollo conceptual previo, debido a su tecnicidad. En particular, el concepto de “potencialidades psicológicas”, y sus dimensiones cognitivas, afectivas y relacionales, necesita estar sustentado por un conocimiento teórico previo sobre estas ideas. Hay que saber que significan cada una de estas ideas, para poder comprenderlas en conjunto, vinculadas a la idea de “potencialidades”. De esta forma, si no se tienen conocimientos y/o nociones básicas de psicología, puede resultar muy difícil tratar de entender no solamente este concepto, sino toda la definición, ya que la idea de “potencialidades psicológicas” es un elemento clave en esta idea sobre salud mental. Además, lo mismo se podría decir de otros conceptos de la definición, tales como “bienestar subjetivo”. Se necesita un conocimiento previo para entender estas ideas y así comprender la definición. El problema aquí es que este conocimiento previo no está al alcance de todxs, sino que está reservado para el mundo científico-profesional, quienes producen saber experto y elitizado que termina alejando a las personas “comunes y corrientes”, ajenas a esta comunidad, de aprender, participar y actuar en torno a la construcción del conocimiento que realizamos nosotrxs como miembros de esta comunidad, supuestos “expertos” en salud mental.

En este contexto, para responder a la pregunta acerca de lo que entendemos por salud mental, más que plantear una definición técnica y universal, queremos proponer algunas orientaciones prácticas relacionadas principalmente con la visión de salud mental positiva que propone el texto, con la finalidad de situar y aproximar el conocimiento a las personas que se encuentran fuera de nuestro mundo científico-profesional. En otras palabras, queremos proponer ideas para enriquecer la definición propuesta por la guía, de una manera en que esta misma se acerque a la realidad concreta y cotidiana que se encuentra fuera de la comunidad del conocimiento psicológico. En este sentido, las orientaciones que proponemos son las siguientes:

1. Potenciar la participación social en la construcción del conocimiento: esto con la finalidad de des-elitizar y des-sectarizar los saberes, abriendo espacios comunes donde todo el mundo pueda aportar con sus conocimientos.
2. Producir conocimiento situado acorde a las realidades de las diversas comunidades.
3. Sistematizar los saberes que surgen de las prácticas comunitarias con el fin de gestionar el conocimiento autónoma y colectivamente.
4. Incorporar actividades artísticas y culturales en el campo de la salud mental, abriendo lugar a otras áreas del conocimiento distintas a la visión que proporciona el modelo biomédico.

Creemos que la construcción del concepto de salud mental debe discutirse de forma democrática y colectiva, para evitar una tecnificación excesiva que tenga como resultado profundizar en lógicas de exclusión del conocimiento producido por el saber “experto”. De esta forma, y en base a las orientaciones propuestas, entendemos la salud mental como un proceso que debe ser construido por lxs actores sociales, de manera situada y territorializada, respondiendo a las necesidades de cada comunidad específica. No es lo mismo la salud mental que hay en la comuna de Puente Alto que en la comuna de Vitacura: las necesidades, las realidades y las características socioeconómicas son muy diferentes. Por ende, las definiciones universales no pueden ser aplicadas a las diversas particularidades y condiciones sociales que existen en los territorios.

Por último, hay que ser cuidadosos al hablar de salud mental, ya que según el significado que se le dé por parte de los diversos profesionales, autoridades e instituciones que trabajan en este campo, se pueden validar prácticas dañinas que transgredan la integridad y los derechos de las personas, tal como lo fue en su época, la terapia electroconvulsiva, también conocida como *electroshock*.

**Referencias**

Martínez, V. (2020) Salud Mental Gestión de la Crisis

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Categorías | Aprobado | Aprobado con comentarios | Reprobado |  |
| Coherencia | | | |  |
| Integración de elementos contenidos en la guía *Salud Mental Gestión de la Crisis.* | Integra los elementos | Integra medianamente los elementos | No logra integrar los elementos | A |
| Incorporación del saber comunitario. | Incorpora el saber comunitario | Incorpora medianamente el saber comunitario | No incorpora el saber comunitario | A |
| Dialogo entre el saber comunitario y el saber experto. | Existe dialogo entre saberes | Existe medianamente dialogo entre saberes | No existe dialogo entre saberes | A |
| Análisis | | | |  |
| Pertinencia del análisis | El análisis es pertinente a los requerimientos del ensayo | El análisis es medianamente pertinente a los requerimientos del ensayo | El análisis no es pertinente a los requerimientos del ensayo | A |
| Incorporación de posicionamiento grupal | Incorpora posicionamiento grupal | Incorpora medianamente posicionamiento grupal | No incorpora posicionamiento grupal | A |
| Argumentos pertinentes de acuerdo a la temática. | Argumentación pertinente | Argumentación medianamente pertinente | Argumentación no pertinente | A |
| Argumentos creativos y originales | El análisis es creativo y original | El análisis es medianamente creativo | El análisis no creativo ni original | A |
| Aspectos formales | | | |  |
| Capacidad de síntesis | Cumple con los requisitos |  | No cumple con los requisitos | A |
| Claridad en la exposición | Es claro | Falta claridad | No es claro. | Podría ser más claro, hay repetición de ideas y conceptos, sobretodo en los primeros párrafos. |
| Consideración del formato | Cumple con los requisitos |  | Cumple con los requisitos | A |
| Redacción | La redacción es apropiada. | La redacción es medianamente apropiada | La redacción no es apropiada. | Es posible mejorar la redacción. |