

Las recomendaciones emitidas y justificadas por parte de los panelistas de la Convención Ciudadana sobre Salud Mental han sido evaluada por parte de la **Oficina Autónoma de Salud Mental** con el objeto de determinar su viabilidad desde el punto de vista técnico atendiendo a su posibilidad de encaje en el actual sistema de atención y a su integración en el Plan Valenciano de Acción en Salud Mental, Drogodependencias y Conductas Adictivas.

El resultado del informe se detalla a continuación:

- Las recomendaciones 24 y 27 no son viables
- Las recomendaciones 6,13,14,18,20 y 21 son viables, pero requieren desarrollarse previamente otras que faciliten su implantación

VIABLES

Recomendación 1.

Recomendamos que Sanidad realice un estudio sobre la situación actual en la Comunidad Valenciana, centrado en problemas de salud mental, drogodependencias y conductas adictivas, y de los recursos disponibles para la prevención y atención de esta en cada área de salud.

Recomendación 2.

Recomendamos que la Generalitat visibilice los problemas de salud mental, conductas adictivas y drogodependencias realizando campañas de información y sensibilización en medios de comunicación masivos, y para que se conozcan los recursos disponibles.

Recomendación 3.

Recomendamos que se realice un plan de redistribución/ampliación de los recursos disponibles en materia de salud mental a través de la Conselleria de Sanitat que tenga en cuenta las necesidades reales y el estado actual de la salud mental y que éste se revise cada 4-5 años aproximadamente.

Recomendación 4.

Recomendamos que desde el ámbito educativo se garanticen los derechos fundamentales de las personas a ser orientadas para que sepan expresarse y gestionar sus emociones. Se recomienda implantar una programación impartida por personas profesionales y especializadas en el sector que en los centros educativos, a través de actividades socio-culturales y formativas contribuyan a su bienestar emocional.

Recomendación 5.

Recomendamos dar cumplimiento al derecho a una información fiable y de fácil acceso.

Recomendación 7.

Recomendamos que la Generalitat Valenciana implemente una campaña de prensa y publicidad que abarque los siguientes tópicos: visibilización, inclusión, fomento de la inserción laboral, y divulgación de los canales de soporte (por ejemplo, teléfono de asistencia 24h). Proponemos la creación de un grupo multidisciplinario que trabaje junto a publicistas y periodistas en la elaboración de los mensajes, teniendo en cuenta el lenguaje y los medios pertinentes para los distintos públicos objetivos (desde la radio y la televisión a las redes sociales, abarcando el mayor espectro posible).

Recomendación 8.

Recomendamos que dentro del plan actual de las Unidades de Atención en los centros educativos se introduzca o se incremente la atención a la salud mental en los alumnos. Supone crear planes de acción para prestar un apoyo emocional y psicológico, y para aprender a gestionar las emociones y a solucionar problemas o conflictos. Consideramos que esto debería llevarse a cabo por parte de la Conselleria de Educación.

Recomendación 9.

Recomendamos que la Generalitat Valenciana dote de más recursos económicos, siguiendo un criterio basado en la necesidad real en el territorio y no por ratio, para que se creen Unidades de Salud mental en cada uno de los centros de atención primaria (enfermer@s, psicólog@s, psiquiatras) para tratar los casos de salud mental, drogodependencias y conductas adictivas. Cuyo acceso sea directamente como el del médico de cabecera, anotando un número de teléfono específico en el SIP.

Recomendación 10.

Fomentar la Salud Mental en el ámbito educativo, aumentando los recursos humanos (Más profesionales para desarrollar lo que se explica a continuación) en los centros. Ofreciendo información (por parte de profesionales de la Salud Mental) tanto a alumnos/as, como a las familias y los docentes. Estos recursos estarían divididos en dos niveles: teórico (con teoría básica referente a la Salud Mental, y con testimonios en primera persona), y práctico (con la enseñanza de herramientas de gestión de problemas).

Todo ello, adecuado a cada nivel de enseñanza (edad y conocimiento de los alumnos/as), y al grupo al que pertenezcan (alumnos/familias/docentes). Enfocado esto a que la familia tenga las herramientas suficientes para enfrentarse a problemas de sus hijos/as, los niños/as sepan cómo gestionar sus emociones o situaciones, y los docentes estén disponibles para los alumnos en este ámbito. Sería obligatorio incluirlo en los planes de estudio de los centros de enseñanza obligatoria, y también estaría disponible para las enseñanzas no-obligatorias que lo pidieran.

Recomendación 11.

Recomendamos a la Generalitat valenciana que en su currículo educativo obligatorio incluya asignaturas de “Inteligencia emocional” adaptadas a cada edad con materia que ayude a abordar la problemática en torno a la Salud Mental a lo largo de la vida, impartida por un/a profesional especializado/a contando con la colaboración de distintas Conselleria. Se haría partícipes a las familias con diversas actividades a lo largo del curso. Dicha materia se debería dar de una manera práctica, amena y profesional.

Recomendación 12.

Aumentar recursos para Atención domiciliaria por equipos cualificados para personas dependientes con problemas de salud mental.

Recomendación 15.

Recomendamos que la Generalitat Valenciana aumente el número de psiquiatras y otros profesionales de salud mental por número de habitantes.

Recomendación 16.

Recomendamos que la Generalitat Valenciana promueva la salud mental a través de la sociabilización.

Para alcanzar este objetivo proponemos ejecutar un plan de implementación y divulgación de actividades: Culturales (espacios de lectura, teatro, música, etc.), Deportivas (uso más activo y eficaz de las instalaciones públicas, senderismo divulgativo, etc.) y Sociales (“grupos de dolor” como ya existen en otros países en línea con el formato de alcohólicos anónimos) que abarque a todas las edades.

Estos programas deberán incluir a personas con problemas de salud mental para integrarlas, ofreciéndoles también la posibilidad de un trabajo remunerado.

Recomendación 17.

Recomendamos que Educación elabore un plan para detectar los problemas de salud mental en la infancia y la adolescencia, que sirva para incorporar una asignatura específica en la enseñanza obligatoria que aborde la salud mental en la teoría y la práctica.

Recomendación 19.

Recomendamos que Educación amplíe las especialidades, las prácticas (remuneradas) y las becas en los estudios académicos sobre salud mental para todos futuros profesionales que trabajan con ella (de psicología, medicina, enfermería, trabajo social, etc.), y las plazas en el sistema sanitario público.

Recomendación 22.

Recomendamos que Sanidad forme complementariamente a los profesionales de atención primaria en la identificación y el tratamiento de los trastornos conductuales, y que dote a esta de más recursos y de un psicólogo clínico en cada centro.

Recomendación 23.

Recomendamos que la Generalitat Valenciana tome acciones en el ámbito educativo de la siguiente forma:

- 1. Formar a todo el profesorado de primaria y secundaria con talleres que les certifiquen en el área de gestión emocional (disciplina positiva).
- 2. La formación de los padres a través del AMPA con talleres para que sepan abordar la gestión emocional en casa.

Recomendación 26.

Recomendamos a la Generalitat Valenciana y la Conselleria competente, que regulen en las empresas la implementación de planes de formación en materia de salud mental para la integración de las personas afectadas. Proponemos que se lleve a cabo mediante incentivos económicos a las empresas para formar a los trabajadores sobre este aspecto, haciendo uso de recursos ya existentes, tales como los Servicios de Prevención de Riesgos Laborales (SPRL) y LABORA (Servicio valenciano de ocupación y formación), y, por otra parte, desarrollando valores de inclusión e integración real de todos los trabajadores (independientemente de su condición o necesidades) a través de: 1) introduciendo la figura del mentor que acompañaría al trabajador en su proceso de integración laboral; y 2) actividades grupales (actividades deportivas, grupos de mejoras de procesos de trabajo, etc.). Todo ello ayudaría a generar una buena cohesión entre ellos/as y al buen clima de trabajo.

VIABLES CON MODIFICACIONES

Recomendación 6.

Recomendamos que la Generalitat Valenciana instaure un Servicio de Atención Urgente para Personas con Trastornos Mentales, Conductas Adictivas y Drogodependencias, a través de varias vías, (WhatsApp, Tfno. y R. Sociales...) para la ayuda inmediata de personas en crisis y con necesidad de ayuda psicológica. Sería un Servicio Público atendido por personas profesionales y comprometidas con la Salud Mental que sepan derivar a los y las psicólogos/as o psiquiatras. Preferentemente personas empáticas y con experiencia. Servicio MUY PUBLICITADO para que quede en la memoria de los posibles beneficiarios.

EVALUACIÓN TÉCNICA: para poder desarrollar algunas de las recomendaciones que en este momento no son viables deben desarrollarse previamente otras que las faciliten.

Recomendación 13.

Recomendamos que la Generalitat Valenciana cree unidades de atención mental en todos (o casi todos) los centros de salud. Estas unidades estarían compuestas por enfermeros especializados y psicólogos mediante la dotación de recursos profesionales a todas las unidades (se accedería al servicio a través del pediatra, médico de cabecera o través de los servicios psicopedagógicos escolares).

EVALUACIÓN TÉCNICA: para poder desarrollar algunas de las recomendaciones que en este momento no son viables deben desarrollarse previamente otras que las faciliten.

Recomendación 14.

Recomendamos que se cree y se promocióne un servicio de teleasistencia inmediata para dar atención y apoyo psicológico individual (teléfono, páginas webs, redes sociales, etc). Debería llevar a cabo esta propuesta la Conselleria competente (Conselleria de igualdad y políticas inclusivas o Conselleria de Salud).

EVALUACIÓN TÉCNICA: para poder desarrollar algunas de las recomendaciones que en este momento no son viables deben desarrollarse previamente otras que las faciliten.

Recomendación 18.

Recomendamos que la Generalitat Valenciana aumente el número de médicos de familia, profesionales de enfermería especializados en salud mental, psicólogos y fisioterapeutas en los centros de salud. Imponiendo la necesaria coordinación entre los departamentos a los que pertenecen estos profesionales. Además, debería obligar a las mutuas colaboradoras con el sistema de seguridad social a incluir en sus controles médicos sistemas de detección, seguimiento y mejora de trastornos mentales.

EVALUACIÓN TÉCNICA: para poder desarrollar algunas de las recomendaciones que en este momento no son viables deben desarrollarse previamente otras que las faciliten.

Recomendación 20.

Recomendamos que la GVA cree protocolos específicos de evaluación de riesgos (elaboración de perfiles y cuestionarios mediante técnicas como las ya aplicadas a la violencia de género), para la detección y seguimiento de casos de enfermedades mentales, conductas adictivas y/o drogodependencias.

Este protocolo debe tener tres vertientes de actuación:

Protocolos para el personal de Asistencia primaria y protocolos de ayuda a la familia

Protocolos para profesionales (médicos especializados, psicólogos, etc.)

Protocolos para instituciones públicas (servicios sociales, policía, ámbito educativo, etc.)

Permitiendo la suma de estas vertientes, la creación de un seguimiento/control por parte de los profesionales.

EVALUACIÓN TÉCNICA: requeriría previamente de una evaluación de aspectos legales y éticos.

Recomendación 21.

Un Plan de Choque en situaciones de saturación de la atención, que consiste en derivar a los pacientes a otros centros tanto públicos como privados.

EVALUACIÓN TÉCNICA: existen planes para la saturación, que siempre son mejorables. La viabilidad de un plan de choque para la saturación pasa por la aplicación de otras recomendaciones (3,9,15).

NO VIABLES

Recomendación 24.

Recomendamos que la Generalitat Valenciana incorpore en todos los centros educativos de enseñanza obligatoria al número de profesionales especializados en salud mental que el centro requiera según el número de alumnos. Estos profesionales deberían trabajar con los alumnos de cada curso escolar una hora semanal y poder dedicarse de manera más intensiva al alumnado que lo necesitara.

EVALUACIÓN TÉCNICA: no es viable en este momento, ya que existe un problema en la disponibilidad de profesionales clínicos y es prioritario reforzar el sistema sanitario. Por otro lado, la incorporación de estos profesionales a los centros educativos tiene un peligro de fraccionamiento de la atención y de medicalización o psicologización excesiva. Mejorar el apoyo mutuo entre Educación y Sanidad sí que es viable.

Recomendación 27.

Recomendamos que Sanidad cree un departamento que asesore para que tanto la prevención y la difusión de la información pública sobre salud mental como el diagnóstico y el tratamiento se fundamenten con los conocimientos científicos actuales, evitando los planteamientos erróneos.

Se trataría de un instrumento de apoyo a los profesionales, que les dotaría de la coordinación necesaria para que el plan sea coherente y funcione, aunando criterios.

EVALUACIÓN TÉCNICA: es confusa porque incluye tareas de apoyo, de auditoría y de inspección. Para ser viable precisaría de una mayor concreción, definición de objetivos y un análisis de su eficiencia. También habría que tener en cuenta para su aplicación la naturaleza diferencial de la Salud Mental, principalmente en relación con su multidisciplinariedad y a las diferentes orientaciones existentes entre los profesionales.