

# Pilas con la salud mental

Las estadísticas globales o nacionales sobre la salud mental de la población son algo más que preocupantes. Hombres y mujeres, jóvenes y viejos, ricos y pobres, de distintas maneras y en diferentes proporciones, viven el día a día con ansiedad o depresión; consumen cantidades crecientes de alcohol, psicofármacos o drogas ilícitas; se agreden a sí mismos, a sus parejas o a sus vecinos y, más grave aún, ven con desesperanza el futuro de un planeta cada vez más deforestado, más contaminado, más impredecible y más violento.

Los efectos de la pandemia de la COVID-19 fueron más allá del incremento en la mortalidad atribuible y el colapso de las unidades de cuidado intensivo (UCI). El encierro y el freno a la actividad productiva, al afectar sobre todo la economía informal, agudizó los problemas de inequidad, golpeando con más fuerza a las poblaciones de por sí más vulnerables. Los niños y los jóvenes, privados de la interacción social en una edad crítica y sometidos a un rezago en su desarrollo educativo fueron particularmente impactados. El incremento en el consumo problemático de alcohol y en las lesiones autoinfligidas no se hizo esperar.

Como señalan varios de los entrevistados por *Hospitalaria*, las maneras de enfrentar estos retos no son fá-

ciles de implementar. Muchas, casi todas, van más allá de las funciones y capacidades de un sistema de salud cada vez más ilíquido y, en muchos casos, más ineficiente. Desde hace años se sabe que la salud pública, incluyendo la salud mental colectiva, requiere esfuerzos coordinados de amplios sectores para mejorar la convivencia ciudadana (la recién promulgada Ley Contra el Ruido va encaminada en este sentido), y para mejorar las condiciones de vida tanto en el entorno laboral como en la movilidad cotidiana y en la búsqueda del bienestar que debe acompañar al uso adecuado del tiempo libre.

Aunque los logros de las mujeres en las últimas décadas son significativos, aún persisten las brechas de inequidad, así como esa problemática de la cultura machista, relacionada por tradición y tan difícil de cambiar al acoso, al abuso y a la violencia doméstica. No es de extrañar que las mujeres puntúen más alto en síntomas depresivos y en ansiedad generalizada. La reducción tan dramática de la natalidad puede ser un signo más de esa visión de futuro cada vez menos ligada a la maternidad, a la crianza y a los oficios

domésticos, y más centrada en el desempeño profesional y laboral.

Llama la atención la diferencia en la prevalencia del Alzheimer entre mujeres y hombres, en donde los registros de este trastorno neurodegenerativo en ellas duplican a los del sexo masculino. La mayor longevidad de las mujeres es solo parte de la explicación. Es sabido que la escolaridad es un factor protector, y ese grupo etario de 70 años y más, en el que se concentra el diagnóstico, tuvo en su momento menos oportunidades de acceder a una educación de calidad. Otra posible explicación es que las mujeres de esa edad desempeñan muchas más funciones sociales y familiares que los hombres. Ellas cocinan, realizan otros oficios domésticos, son cuidadoras informales de niños y adultos mayores y, ante una eventual falla, va a ser más probable que la familia acuda al sistema de salud en busca de un diagnóstico.

**En resumen, la sociedad contemporánea está enfrentando un problema complejo que requiere la colaboración de diversos actores, incluyendo gobiernos, organizaciones de la sociedad civil y el sector privado.**

La salud mental del sexo masculino muestra un perfil distinto, más asociado con la violencia, con el suicidio, con el consumo de sustancias y con las conductas riesgosas como la conducción irresponsable, que ha llevado a un incremento dramático en las muertes y lesiones de motociclistas. Cómo implementar intervenciones de promoción y prevención en este campo es todavía un territorio sin respuestas, no solo aquí sino en Ucrania, en Siria o en la Franja de Gaza. Qué papel desempeñan en la conducta violenta la pobreza y la inequidad es todavía materia de debates políticos y filosóficos.

En resumen, la sociedad contemporánea está enfrentando un problema complejo que requiere la colaboración de diversos actores, incluyendo gobiernos, organizaciones de la sociedad civil y el sector privado. Más que nunca, hoy se necesitan soluciones innovadoras y colaborativas para hacer frente a este desafío que nos permitan construir comunidades más saludables y resilientes. 