



INSTITUTO NACIONAL DE PSIQUIATRÍA
RAMÓN DE LA FUENTE MUÑIZ

Ciudades del Aprendizaje 2020
Secretaría de Educación, Ciencia, Tecnología
e Innovación de la Ciudad de México.



GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MÉXICO

COVID 19 y Salud Mental: *Retos para la Ciudad de México*

Dra. María Elena Medina Mora
Departamento de Psiquiatría y Salud Mental
Facultad de Medicina, UNAM
Instituto Nacional de Psiquiatría RFM
medinam@imp.edu.mx



El Colegio Nacional

Facultad de Medicina



COVID 19 y Salud Mental:

Retos para la Ciudad de México

- Prepararse para le siguiente **etapa**
- O
l
a
s
 - 1a. Pandemia de **largo aliento** – secuelas – nuevos brotes
 - 2ª. **Regreso** a la vida cotidiana – angustia de salud – miedo + enojo
 - 3ª. Impacto de las **enfermedades crónicas no tratadas**
 - 4ª. **Enfermedad mental**
- **Tratar la enfermedad mental no será suficiente,**
 - debemos actuar sobre los **determinantes sociales** de la enfermedad (modificables)
 - se relacionan con todas las **metas de desarrollo sustentable**
- El aumento en la carga de enfermedad llega cuando la **salud mental** ya está **en crisis**
- **Retos** para la Ciudad de México
- Hacia mejores respuestas (preparación para la siguiente crisis)

COVID-19 y salud mental

- ✓ La Pandemia afecta la salud mental de múltiples maneras
 - Miedo de morir – trauma vicario - estrés y ansiedad,
 - Niños: aprendizaje interrumpido – más costo para niños en pobreza - inequidad
 - Aislamiento – violencia de genero, abuso sexual, abuso de sustancias, problemas de sueño
 - Secuelas de la enfermedad.
 - Impacto en el desarrollo
- ✓ Su impacto es de largo aliento
 - Tiene impactos inmediatos desde la exposición a información catastrófica que venía de otros países – trauma vicario
 - Durante la pandemia
 - Después de la mitigación de casos cuando aparece la enfermedad
- ✓ Requiere respuestas inmediatas, prevención de secuelas y atención a mediano y largo plazo



La naturaleza de la crisis: Comisión de Lancet en Salud Mental Global

- ↘ “A pesar de la amplia **investigación** en el tema que ha permitido desarrollar y evaluar múltiples alternativas preventivas y terapéuticas, su **traducción a la vida real** ha sido **dolorosamente lenta**.
- ↘ La **carga de enfermedad** debida a trastornos mentales ha **aumentado** en todo el mundo
- ↘ **Las violaciones a los derechos humanos** persisten con números amplios de personas abandonadas en hospitales o cárceles sin protección social
- ↘ La **calidad de la atención** que se brinda a las personas con trastornos mentales no es comparable que la calidad de la que se ofrece para otras enfermedades.
- ↘ La **inversión** del gobierno en la atención de la salud mental sigue siendo muy pequeña
- ↘ La **falla colectiva** para responder a esta crisis global tiene como desenlace la pérdida monumental de capacidad humana y sufrimiento evitable”.

Tenemos una oportunidad de modificar la agenda de salud mental en el contexto de una conceptualización más amplia, con un papel en el desarrollo sustentable



SDG Meta 3: Salud



Objetivo 3.5 Fortalecer la **prevención y el tratamiento del abuso de sustancias**, incluyendo a las droga narcóticas, el abuso de drogas y el uso nocivo de alcohol

3.5.1 Cobertura de Intervenciones de **tratamiento** (farmacológico, psicosocial y de rehabilitación y seguimiento) para los trastornos de el uso de sustancias

3.5.2 Uso nocivo de alcohol, definido en términos del consumo **per capita** en la población 15 años y más en un año calendario en términos de litros de alcohol puro.

Objetivo 3.8 Lograr cobertura universal de salud, incluyendo la protección a riesgo financiero, acceso a servicios de cuidado de la salud esencial y de calidad y acceso a medicinas seguras, efectivas, de calidad y de precio accesible y vacunas para todos



Salud mental y adicciones en 15 de 16 metas:

1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 16, 17

Demographic

5 Gender equality

Economic

1 No poverty

2 Zero hunger

8 Decent work and economic growth

9 Industry, innovation and infrastructure

10 Reduced inequalities

Neighbourhood

6 Clean water and sanitation

7 Affordable and clean energy

11 Sustainable cities and communities

12 Responsible consumption and production

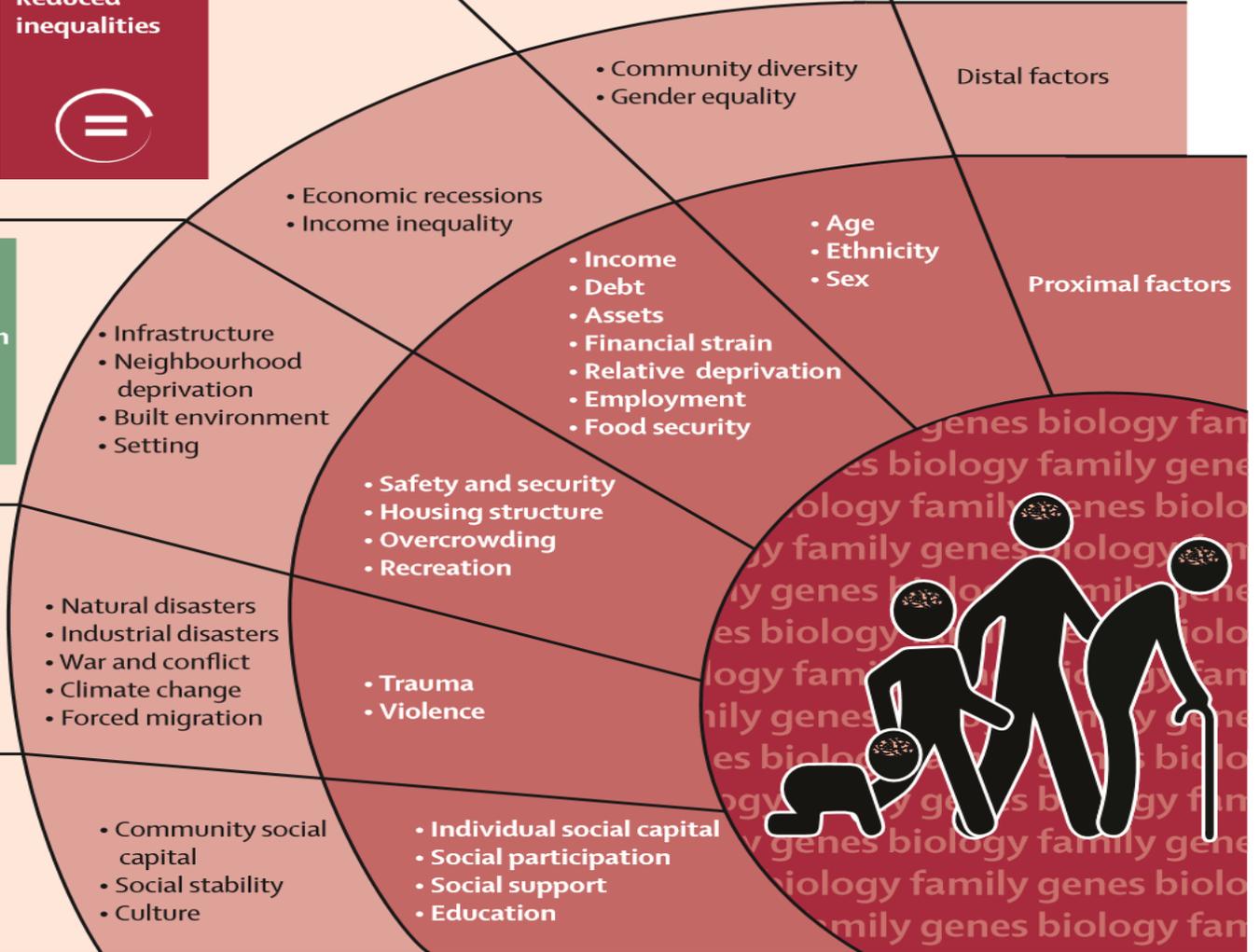
Environmental events

13 Climate action

16 Peace, justice and strong institutions

Social and cultural

4 Quality education





DOMINIO/ factores proximales	Factores distales	INTERVENCIONES POTENCIALES
Demográfico (edad, género, etnicidad)	<i>Diversidad en la comunidad</i> <i>Densidad de la población</i> <i>Longevidad / Sobrevida</i>	Reducción de violencia de género, del maltrato infantil, de la discriminación y de la xenofobia
Económico (Ingreso, deudas, bienes, tensiones financieras, deprivación relativa, desempleo, seguridad alimentaria)	<i>Recesiones económicas,</i> <i>inequidad económica,</i> <i>Política macroeconómica</i>	Transferencias de \$ o Financiamiento a proyectos, reducción de la inequidad del ingreso, mejoras en el empleo
Vecindario (Seguridad y justicia / Infraestructura / vivienda / Hacinamiento/recreación)	<i>Infraestructura,</i> <i>Deprivación en el vecindario,</i> <i>Ambiente construido</i>	Mejoras en la vivienda, vecindarios seguros
Ambiente (Desastres – Guerras, Cambio climático, Migración forzada)	Trauma / estrés	Reducción de la violencia, respuesta temprana a los eventos ambientales, acciones para proteger ecosistemas en riesgo
Cultural y social (Capital social de la comunidad, estabilidad social / cultural)	Capital individual/social Participación social Apoyo social / Educación	Mejor educación, fortalecimiento del capital social, redes de apoyo para tercera edad

Lo que la Pandemia por COVID-19 hizo visible

- ↘ La excesiva carga de cuidados de las mujeres
- ↘ Las desigualdades de género se acrecientan en los hogares de menores ingresos
- ↘ Los hogares con violencia no son un lugar seguro para las mujeres
- ↘ El incremento de la pobreza
- ↘ La fragilidad del trabajo doméstico remunerado
- ↘ El aumento de consumo de alcohol / usuarios dependientes droga
- ↘ La necesidad de una política de comunicación
- ↘ La poca consideración de la resiliencia de las comunidades
- ↘ La necesidad de prepararnos para la siguiente epidemia



	Animo	Ansiedad	Sustancias	Conducta
	RM	RM	RM	RM
<i>Disfunción familiar</i>				
Enfermedad mental parental	2.0*	1.9*	2.1	2.3*
Problema parental de sustancias	1.2	1.3	1.8	1.5
Conducta criminal de los padres	1.0	1.1	6.6*	2.2*
Testigo de violencia intrafamiliar	1.4	1.4*	2.6*	2.0*
<i>Maltrato</i>				
Abuso físico	2.1*	1.7*	2.2*	2.4*
Negligencia/abandono	2.0*	1.0	2.1	2.8*
Abuso sexual	2.2*	1.6*	1.1	1.8*
<i>Pérdida parental</i>				
Muerte de padre/madre	1.3	1.2	0.5	1.1
Divorcio o separación	1.1	1.0	0.7	1.2
Otra pérdida parental	1.2	1.3*	1.6	1.4
<i>Otra adversidad</i>				
Enfermedad física grave	1.3	1.3*	0.9	1.9*
Adversidad económica	0.9	1.0	1.4	1.1

*modelo de sobrevida con unidades discretas de tiempo y años-persona como la unidad de análisis con controles para edad, sexo, año-persona, tipo de adversidad, # de adversidades

ENFERMEDAD MENTAL

Trastornos crónicos no tratados

Violencia doméstica, abuso de niños y adolescentes, problemas de conducta, uso de sustancias, ETC,

Personas que no mantienen sana distancia

Pobreza, desempleo

**SECUELAS
NEUROPSIQUIÁTRICAS
POR COVID**

**MANIFESTACIONES
GRAVES**

emergencias y
trastornos a largo plazo

**TRASTORNOS
MENTALES**

Psicoterapia
T. farmacológico

*Depresión, estrés postraumático,
trastornos por uso de sustancias*

MALESTAR EMOCIONAL

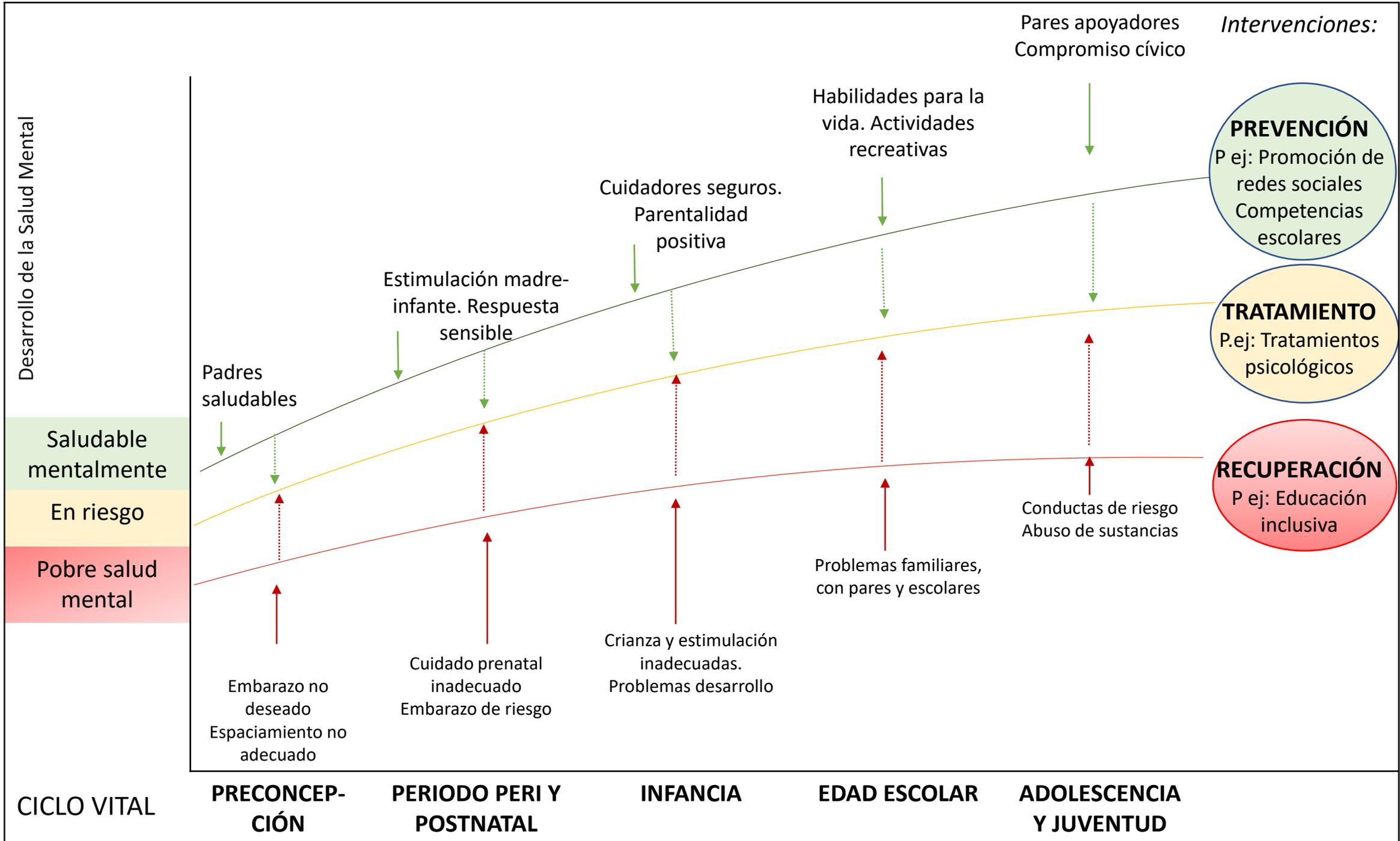
Apoyo psicosocial estrés
y trauma

*Problemas de sueño, irritabilidad, desesperanza,
hipervigilancia, que pueden persistir, ser graves e interferir
con el funcionamiento normal.*

ESTRÉS Y ANSIEDAD

Intervención empática
Prevenir aumento de la
pobreza

Pesadillas, ansiedad, estrés que se reducirán en intensidad



Modelo integrado

Atención- psiquiatras, psicólogos y otros especialistas

Atención básica por médicos de 1er nivel
Apoyo emocional – trabajadores de la comunidad

Activación de redes sociales
Espacios amigables para niños

Abogacía por servicios dignos y socialmente apropiados y

Servicios especializados

No especializada y enfocada: persona a persona

Fortalecimiento de los apoyos familiares y comunitarios

Consideraciones sociales en servicios básicos y seguridad

Inequidades sociales

Política de comunicación que mitigue el miedo
Mensajes de resiliencia
Acciones que consideren las condiciones de la población a la que van dirigidas

MUCHAS GRACIAS!

Integrado

Cambio de tareas

Trabajo colaborativo

Escalonado