

Promoción de la salud mental, una propuesta desde Trabajo Social para el abordaje familiar de problemáticas de consumo de sustancias psicoactivas ilícitas en jóvenes

Angie Lucía Ariza Sosa¹
angie.ariza06@hotmail.com

Nathaly Johanna Gómez Recamán²
nata.gomez2802@hotmail.com

Hablar de consumo de sustancias ilícitas, implica necesariamente reconocer que hay una relación multicausal entre el inicio del consumo y la continuidad en dicha situación, son cada vez más los jóvenes que se ven envueltos en dicha problemática, lo cual según el Ministerio de la Protección social de Colombia (MSPS, 2011), es una preocupación de la comunidad en general, ante ello se toman diversas medidas para enfrentar el consumo, erradicarlo y sacar a las personas de esa situación, sin embargo es válido cuestionarse si las medidas más fuertes deben ser para contrarrestar el consumo y no para prevenirlo.

Es así como el consumo de Sustancias Psicoactivas ilícitas (SPA), es una problemática social emergente en los jóvenes, que afecta las diferentes dimensiones del ser humano desde su desarrollo, hasta tener repercusiones en el entorno social en el que se desenvuelven. Estudios como el realizado por el Observatorio Peruano de Drogas de la Vida (2010), ponen en evidencian los numerosos riesgos y desencadenantes negativos que este fenómeno genera en la salud física y especialmente en la salud mental de los jóvenes, de allí la importancia de generar acciones desde las diferentes disciplinas que promuevan el cuidado de la salud de las personas.

La juventud definida como proceso de transición a la vida adulta donde la reestructuración de la personalidad está orientada a la adaptación al medio social, es una etapa de desarrollo biológico, psicológico y social que supone un estado de maduración personal permeado por crisis de identidad y conflictos internos (Jara, 2010); este periodo del ser humano está sujeto al entorno en el que se

¹ Estudiante de VIII semestre de Trabajo Social. Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca. Bogotá, Colombia.

² Estudiante de VIII semestre de Trabajo Social. Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca. Bogotá, Colombia.

desenvuelve, donde las redes primarias y secundarias como la familia, los amigos, el colegio, la universidad, entre otros influyen en la toma de decisiones para el desarrollo de la personalidad del joven.

La influencia de los diferentes contextos en los jóvenes se ve reflejada en los estudios que ponen en evidencia los numerosos riesgos a los que se expone una persona en esta etapa de la vida, tales como la violencia considerada como la principal causa de mortalidad en jóvenes en la mayoría de países de América Latina, las problemáticas familiares, el bullying, la delincuencia (Alba, 2010), el pandillismo, el consumo de sustancias psicoactivas donde la prevalencia de la aparición de trastornos mentales por este motivo es de los 18 a los 26 años de edad (Estudio Nacional de Salud Mental Colombia, 2003). Estos riesgos sumados al desequilibrio en el manejo de las emociones y la escasa capacidad de autocontrol característico de la juventud son las causas principales que ubican a los jóvenes como una de las poblaciones más propensas a padecer trastornos mentales.

El consumo de sustancias psicoactivas considerado como un factor de riesgo para los jóvenes pone en manifiesto la necesidad de darle relevancia y prioridad a la salud mental de los jóvenes, considerada como algo más que la ausencia de la enfermedad; es un estado de bienestar donde la persona se realiza y es capaz de hacer frente al estrés normal de la vida, (Organización Mundial de la Salud, 2005), es capaz de enfrentar y superar las adversidades que se le presentan como puede ser el consumo de sustancias psicoactivas ilícitas, por tanto la salud mental debe considerarse como un aspecto relevante en la vida de toda persona al cual se debe prestar especial atención.

La salud mental en jóvenes es considerada por la OMS como un motivo de preocupación y por ende una necesidad que debe ser atendida desde distintas esferas, a propósito de ello, el 10 de Octubre de 2003 la OMS realizó la celebración del Día Mundial de la Salud Mental, dedicado a los niños y adolescentes, como un esfuerzo por motivar y llamar la atención mundial en la identificación, tratamiento, pero sobre todo en la prevención de los trastornos mentales en la población más joven del mundo, los problemas emocionales y de conducta que puede presentar alrededor del 20% de la población mundial entre 0 y 18 años (OMS, Understanding Children and Adolescent, 2003) En el documento se llama la atención sobre aspectos como:

El suicidio es la tercera causa de muerte entre los adolescentes, los trastornos conductuales de inicio en la infancia tienden a persistir en la edad adulta en forma de abuso de drogas, conducta antisocial, delincuencia juvenil, problemas interpersonales, desempleo, problemas maritales y mala salud física, por tanto es válido deducir que cuando son descuidados aspectos relevantes de la salud mental de una persona sobretodo en edades tempranas, es posible que se presenten y persistan problemáticas tan graves como el consumo de sustancias psicoactivas ilícitas, la dificultad para relacionarse, afectaciones en la dinámica familiar y por ende si se promueve la salud mental en edades tempranas

repercutiría de manera positiva en la construcción de un tejido social más sólido donde se generen niveles óptimos de bienestar para todas las personas.

La promoción de la salud mental debe ser entendida como todos los esfuerzos positivos que aporten a mejorar las condiciones de salud de la población (Duque, 2012), por ello la promoción de la salud mental en el presente escrito se centra en las acciones que pueden ser trabajadas con la persona a partir de diversas estrategias que permitan fortalecer las habilidades de los jóvenes para lograr que afronten y puedan dar manejo a las diversas situaciones que emergen en los contextos en que está constantemente involucrado el joven.

En este sentido el Trabajo Social como disciplina que trabaja en el abordaje de las necesidades, el bienestar social, la calidad de vida y el desarrollo humano, busca contribuir a la solución de problemas sociales como el consumo de sustancias psicoactivas a partir de la comprensión de la dimensión humana y la interpretación de la dinámica social. En el campo de la salud mental con jóvenes, fluctúan una complejidad de realidades, por tanto, desde la intervención del trabajador social se hace necesaria la promoción de la salud mental porque a partir de las estrategias individuales, grupales o familiares que cree el profesional junto a la persona, se da un abordaje que permite mejorar los niveles de autocontrol, resiliencia y descubrimiento de capacidades que le dan la potestad a la persona para encontrar o construir soluciones a las adversidades y problemáticas que se presentan.

Por lo anterior es que las acciones que promuevan la salud mental se consideran una necesidad y a la vez un deber del profesional e implican una postura ética y una acción de educador por parte del Trabajador Social, donde el abordaje se da con la persona y la familia en una construcción conjunta de estilos de vida saludables, que lleven a la búsqueda de comprender al joven en su propia dinámica, en su contexto y con los cambios propios del proceso evolutivo, en un acompañamiento constante que aliente a la persona en la toma de decisiones que le beneficien, a buscar lo que le hace feliz, reconocer y superar los obstáculos que se le presenten.

A propósito de la búsqueda de la felicidad, es importante afirmar que la promoción de la salud mental debe ser un proceso constante a lo largo de la vida de toda persona y es aún más relevante en las primeras etapas del desarrollo humano y tal vez puede ser la diferencia para las personas en un futuro e incluso para la sociedades del mundo, pues con ello se pueden llegar a reducir cifras como las que presenta el último Estudio Nacional de Salud Mental realizado en Colombia, se evidencia que alrededor de ocho de cada 20 personas, y uno de cada 14 presentaron trastornos psiquiátricos alguna vez en la vida, en los últimos 12 meses (Primer Estudio Poblacional de Salud Mental Medellín, 2011-2012) , por tanto si las sociedades en general empiezan a tomar medidas para promover, prevenir y atender la salud mental de las personas desde las primeras etapas de su vida, dichas cifras se pueden reducir significativamente.

Las afectaciones en la salud mental de las personas, “se configuran como un problema de salud pública por su magnitud, por los costos que implican y por su

impacto en los individuos, las familias, las comunidades y la sociedad en términos de un sufrimiento que va más allá de las cifras y de la discapacidad que generan” (Primer Estudio Poblacional de Salud Mental Medellín, 2011-2012), siendo la familia un grupo al que se debe prestar especial énfasis por ser un espacio altamente influyente en el desarrollo de las personas y donde se pueden generar acciones que aporten a disminuir el impacto negativo y sufrimiento que tienen las personas al estar inmersos en problemáticas como el consumo de sustancias ilícitas aumentando el riesgo de padecer algún trastorno mental.

Cuando se trabaja con familias donde uno de sus miembros está inmerso en el consumo de alguna sustancia ilícita, la dinámica de la familia se ve alterada, usualmente se presentan problemas de comunicación, alteración de roles e incluso rupturas entre los subsistemas familiares, por ello se busca hacer promoción de la salud mental desde una perspectiva donde no se ve a la persona aislada, sino inmersa en un contexto en este caso la familia, siendo esta última un eje fundamental del accionar profesional desde Trabajo Social porque es en la familia donde mayor promoción de la salud mental puede y debe hacerse, por ende el abordaje que realiza el Trabajador Social con jóvenes que presentan consumo de sustancias ilícitas y sus familias debe estar orientado a fortalecer la dinámica familiar, la afectividad de modo que a partir del esfuerzo conjunto se promueva la salud mental de todos sus miembros.

Una estrategia plausible es la psicoeducación familiar, que puede tener un gran impacto no solo en el contexto inmediato de la familia, sino en otros espacios de socialización donde la persona se enfrenta a diversas situaciones que le exigen asumir una postura y tomar decisiones, siendo este último un proceso propio y constante de las primeras etapas del desarrollo de las personas y es desde la educación familiar que se pueden forjar bases relevantes para la prevención de problemáticas como el consumo de sustancias ilícitas y aportar al fortalecimiento de la red primaria como espacio de formación constante de todo ser humano.

Es importante fomentar la promoción de la salud mental en el joven y la familia inmersos en la problemática del consumo desde una intervención psicoeducativa donde la interacción entre él, su red de apoyo y el equipo de profesionales permita enriquecer y aclarar las causas y efectos de la situación actual que enfrentan, favoreciendo la descarga emocional, física y social, reduciendo el temor, el estigma y evitando al máximo la recaída de la persona (Rascón, 2011). A partir de la intervención que realiza el trabajador social, apoyando su accionar en diversas estrategias, se pretende que la familia aporte significativamente en el trabajo que adelanta el joven para dejar de lado el consumo, ya que para un grupo familiar resulta en la mayoría de casos más fácil evidenciar los aspectos negativos de la situación, pero con dificultad los positivos, siendo estos últimos sobre los cuales se debe hacer énfasis desde la perspectiva psicoeducativa, lo cual plantea un reto para el Trabajador Social quien debe valerse de diversas estrategias que le permitan a la familia identificar las cualidades y capacidades de cada miembro, así como los factores generativos que les permitan enfrentar y superar la adversidad buscando sinergia y cooperación constante entre el grupo familiar.

Es importante mencionar que de acuerdo a la forma como la familia experimente el control de la situación (Rascón, 2011) incidirá en la interpretación que le den a la misma, en el funcionamiento de la dinámica familiar y la capacidad de brindarle apoyo al joven, por tanto es vital una orientación y acompañamiento desde Trabajo Social y de otras disciplinas que busque a partir de un trabajo interdisciplinar y transdisciplinar garantizar que la persona y su familia comprendan la problemática que enfrentan; y de acuerdo a las herramientas que la ayuda profesional les brinde tomen decisiones frente a los medios para lograr sobreponerse.

El rol del profesional de Trabajo Social en el área de rehabilitación por consumo de sustancias ilícitas desde una perspectiva de promoción de la salud mental, es de educador, mediador y activador de redes, apoyado en la psicoeducación familiar como estrategia para el bienestar de la persona y su familia, generando acciones hacia la identificación y fortalecimiento de las capacidades individuales y de la familia como red principal de apoyo (Guerrini, 2009) para las personas inmersas en esta problemática.

De acuerdo con lo anterior sobre la relevancia de la red primaria, se considera que la promoción de la salud mental parte del reconocimiento de la persona y de su familia como actores sociales capaces de activar cambios frente a la situación actual que vivencian, promoviendo así procesos resilientes y de autogestión, además de detectar y potencializar los elementos positivos con el fin de promocionar la salud y el bienestar familiar desde el Trabajo Social (Guerrini, 2009).

A modo de conclusión, se recalca que hacer apuestas profesionales para promover la salud mental desde la psicoeducación familiar dentro de la institucionalidad, puede ser una alternativa positiva, en tanto va en la misma vía de las instituciones (en este caso se habla de las dedicadas a tratar problemas de consumo de sustancias ilícitas), apoya los modelos sistémicos y humanistas, pero además da un aporte en el reconocimiento de la persona como sujeto activo de la construcción de su vida.

Se habla entonces, de promover la salud mental a partir del trabajo familiar, desde un enfoque salutogénico de la salud mental (Escuela Andaluza de Salud Pública, 2011) donde la prioridad o el énfasis no está en las dificultades o déficit, ni recalcando la problemática, si no por el contrario dando el rol protagónico a los participantes en la construcción de su proceso de cambio y en la construcción misma de sociedad, haciendo hincapié en los aspectos que la metodología activos de la escuela Andaluza de la salud pública, donde se propone, entre otros aspectos:

- Fomentar la autonomía y la capacidad de decidir
- Estimular la creatividad
- Realizar actividades de ocio enriquecedor

- Compartir en familia, reír y expresar emociones

Realmente aunque parezca una tarea difícil o complicada, un punto de partida pueden ser las acciones cotidianas, donde se refuerzan los aspectos señalados por la metodología activos, como el juego en familia, la sana competencia, el dialogo familiar, juegos de roles, expresión de sentimientos entre otros; por tanto promover la salud mental en los jóvenes, es un proceso que requiere compromiso y respeto por el otro, por comprender su experiencia de vida, comprender a la familia desde su historia y sus particularidades, y es allí donde el trabajador social se vale de métodos y metodologías que le permiten hacer una lectura de la realidad, interpretarla desde el sentir de los sujetos y dar un abordaje holístico donde es la persona la artífice de su propio cambio.

Cuando un joven que presenta consumo de alguna o varias sustancias ilícitas empieza a reconocerse como una persona capaz, útil e importante dentro de una familia y una sociedad, se empiezan a dar cambios en su actuar, pensar y sentir, eso hace parte de la promoción de la salud mental, es ese punto de encuentro donde a partir del accionar conjunto de la persona, la familia y el trabajador social se logra que el joven se reconozca como una persona con capacidades y habilidades que puede aportar a los diferentes contextos en los que se desenvuelve, ejercer un control sobre sí mismo especialmente en la toma de decisiones.

Finalmente es importante mencionar que a partir de las experiencias profesionales, la consulta de estudios en torno al consumo de SPA en jóvenes y la aproximación a lo que implica la promoción de la salud mental como un aspecto transversal al quehacer profesional, se puede aseverar que el bienestar del joven, debe ser un llamado de corresponsabilidad donde el Estado, las instituciones, la familia y el profesional deben propender por concurrir con sus acciones para formar personas mentalmente sanas, felices y con capacidad de ser resiliente, de tomar mejores decisiones para su vida y de esta manera prevenir tantas problemáticas que además de ir en detrimento de la persona, van en constante deterioro del tejido social, dicha corresponsabilidad implica mayores esfuerzos por realizar un trabajo realmente articulado que le de relevancia a la promoción de la salud mental como una posibilidad para prevenir y aportar en la solución algunas problemáticas sociales presentes en la actualidad.

Por otro lado, se hace necesario, que los profesionales con sus acciones promuevan y construyan a partir de la inclusión dejando de lado los estigmas o el énfasis en el problema, para que pueda ver de forma holística el sistema social y lograr que los miembros del sistema familiar evidencien los factores generativos, utilizándolos como elementos claves en el proceso de intervención individual y familiar, tomando la promoción de la salud mental como un eje fundamental de la intervención a través de estrategias que aporten en la construcción de herramientas para potencializar la capacidad resiliente y de autogestión del grupo familiar.

La intervención social con familias que tienen problemáticas complejas exige al profesional estar en constante cuestionamiento frente a la postura que asume ante la realidad que se le presenta, porque esto le va a dar la oportunidad de repensar sus acciones de manera que éstas aporten realmente al fortalecimiento de la dinámica familiar, propendiendo a partir de alternativas innovadoras por el sostenimiento de relaciones familiares sanas, comunicación fluida, normas, límites, roles y autoridad definida pero flexible, aspectos que son fundamentales en la familia para hacer frente a las adversidades que se le presentan.

El llamado es entonces, para los profesionales como una invitación a que se arriesguen a proponer, actuar y promover la salud mental como una alternativa, eje o estrategia en su quehacer profesional que al ser considerada una acción social supone como reto el reconocimiento de la persona y la oportunidad de que participe en las estrategias para la superación del consumo, fortaleciendo de este modo la capacidad de autonomía y decisión de la persona; además de la alerta para que los actuales y futuros trabajadores sociales se formen en torno a la salud mental de manera que su accionar aporte para dar respuesta a las diversas problemáticas presentes y emergentes en la sociedad.

BIBLIOGRAFÍA

ALBA, Luz Helena. (2010). *Salud en Colombia: Bases para una Medicina de Prevención*. Colombia: Universidad Javeriana.

DE LA JARA. Ana María. (s.f). *La Juventud en el Trabajo: Inequidad y Discriminación. Chile: Revista de Trabajo Social Perspectivas*: Universidad Católica Silva Henríquez.

DUQUE, Patricia. POSADA, José, GARZÓN, Luz. (2012). *Promoción de la salud mental*. Colombia.

Escuela Andaluza de Salud Pública. (2011). *Activos para la salud y la promoción de la salud mental, una experiencia formativa*. España.

Estudio Nacional de Salud Mental. (2003). Colombia.

GUERRINI. María. (2009). *La Intervención con Familias desde el Trabajo Social*. Argentina: Buenos Aires.

Ministerio de la Protección social de Colombia. 2011.

Organización Mundial de la Salud. (2004). *Promoción de la salud mental*. Ginebra.

Organización Mundial de la Salud. (2003). *Understanding Children and Adolescent*.

Primer Estudio Poblacional de Salud Mental Medellín. (2011-2012). Colombia.

RASCÓN, María. (2011). *Guía Psicoeducativa para Personal de Salud que Atiende a Familiares y Personas con Trastornos Mentales*. México: Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente.