Pla director
de salut mental
i addiccions

V JORNADA DE SALUT MENTAL DE LA UNIÓ

Promoció i Prevenció en Salut Mental

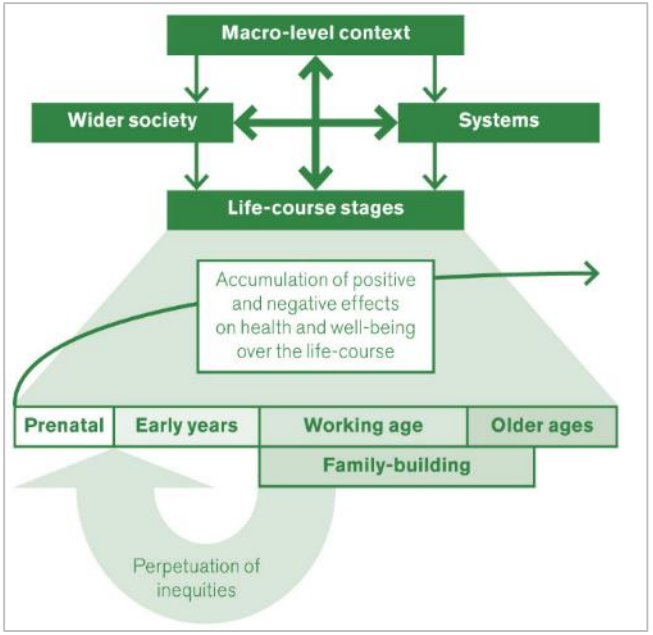
Cristina Molina

Barcelona, 24 de maig de 2018

Generalitat de Catalunya
Departament de Salut

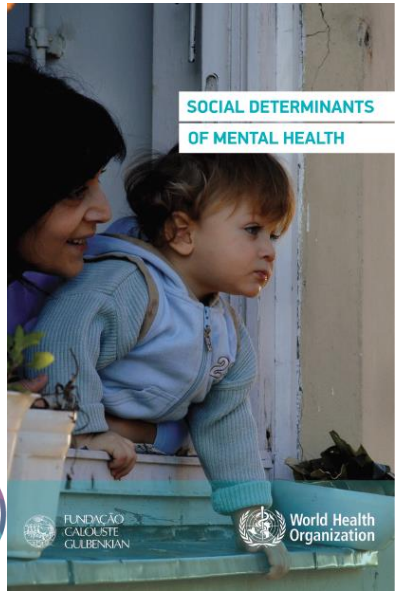
CatSalut
Servei Català
de la Salut

OMS: Determinants socials de la salut mental



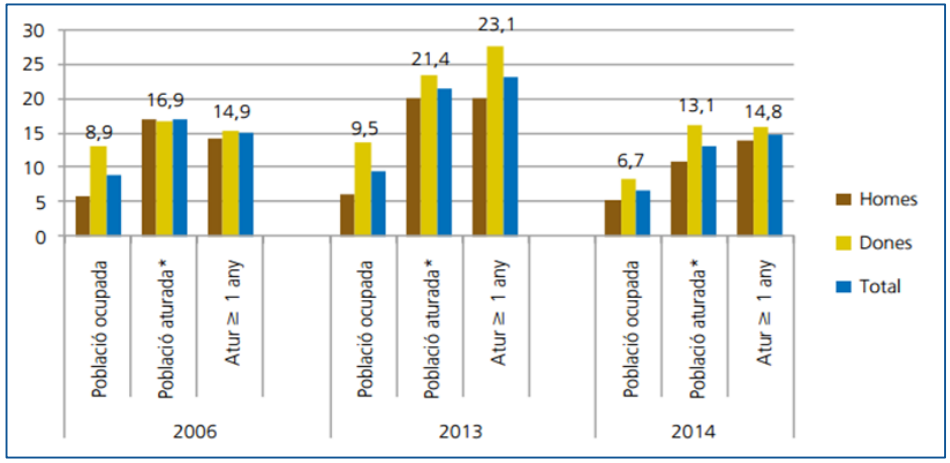
- La bona salut mental és integral a la salut i al benestar de l'ésser humà. "No hi ha salut sense Salut Mental"
- La salut mental i molts dels trastorns mental més comuns tenen a veure amb l'entorn econòmic, social i físic de les persones.
- L'impacte dels determinants socials al llarg de la vida varia i la seva influència és diferent segons l'edat, el gènere i els estats vitals de la persona.

- La salut mental és un problema de salut pública.
- La promoció de la salut mental i la prevenció dels TM i les addiccions : prioritzades en les polítiques públiques de Salut Mental

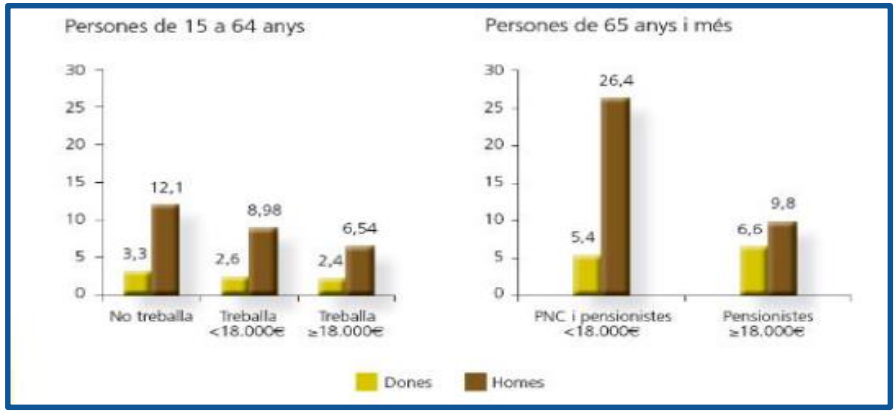


Impacte de les desigualtats socioeconòmiques en l'ús dels serveis de salut mental

- L'empitjorament dels **indicadors socials i econòmics** tenen un efecte negatiu en la salut de la població, especialment sobre la **salut mental.**
- Aquest **impacte** se evidencia més en els **col·lectius més vulnerables**: nens, joves, tercera edat, població desocupada.
- Les persones amb **ingressos molt baixos** consulten a l'APS per un **problema de salut mental 2,2 vegades més** que la resta de població.
- La **taxa de mortalitat per suïcidi** és el **doble** en els homes menors de 65 anys que **no treballen** que en els homes que treballen i amb rentes anuals superiors a 18.000 €.



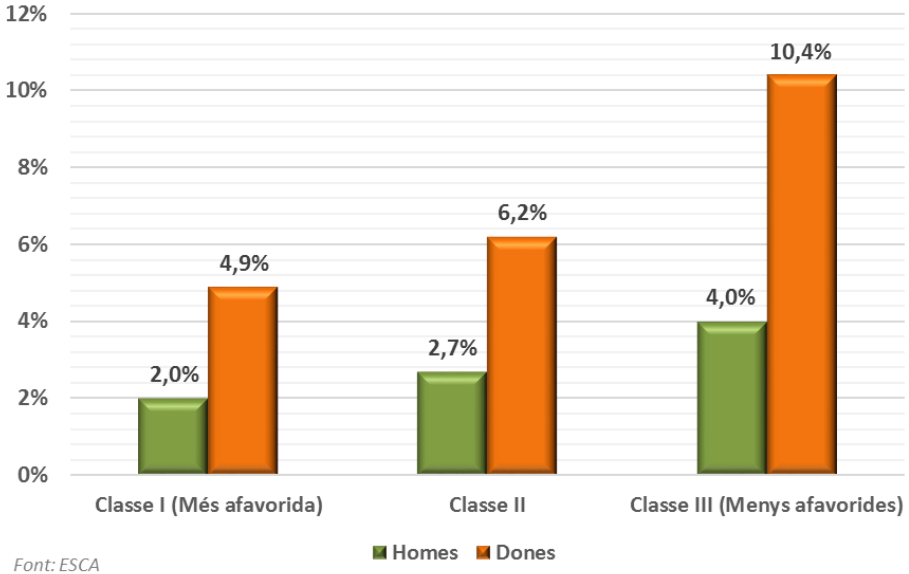
Taxa de mortalitat per suïcidi (per 100.000 habitants) segons edat, sexe i nivell socioeconòmic. Catalunya, 2014.



Enquesta de salut de Catalunya 2017

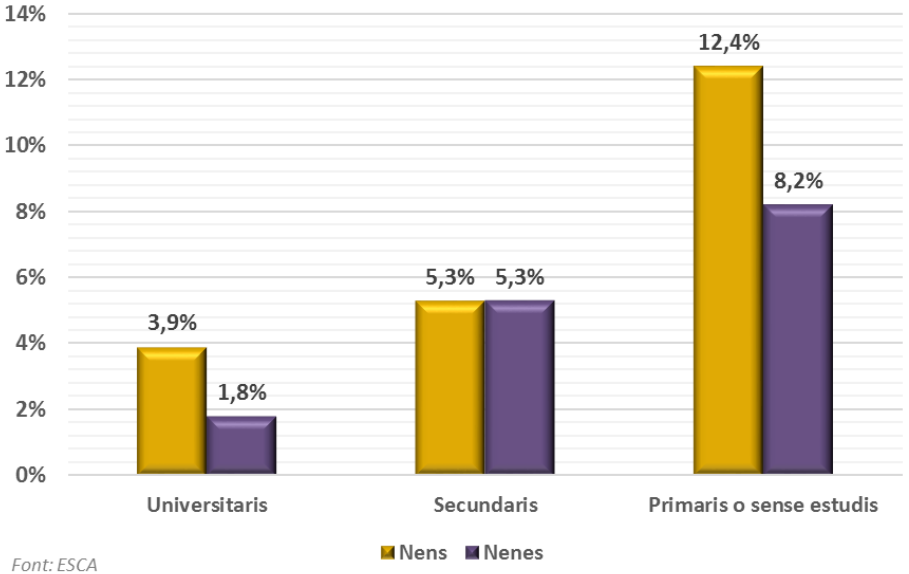
- A **Catalunya**, els **trastorns mentals** estan entre les **primeres malalties cròniques** que declara patir la població i que afecten greument la seva qualitat de vida.
- El **6,2%** de la població **major de 14 anys** presenta risc de patir **ansietat** o **depressió.**
- Per **classe social i gènere,** s'observen diferències rellevants: les persones de **classe baixa** tenen **major probabilitat de patir ansietat o depressió**, especialment les **dones.**
- En la població **de 4 a 14 anys,** el **5,1%** té probabilitat de patir un **problema de salut mental**. Els nens **amb pares amb estudis primaris o sense estudis** tenen **3 vegades més** probabilitat de patir trastorn mental que els que tenen pares universitaris; en el cas de les **nenes,** la probabilitat és **4 vegades més**.

Probabilitat de patir ansietat o depressió en població major de 15 anys segons classe social i gènere. Catalunya 2017



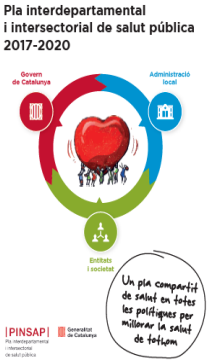
Font: ESCA

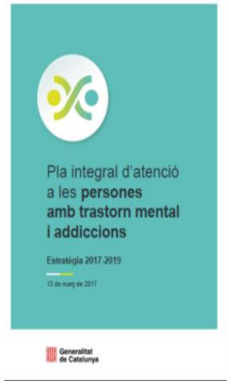
Probabilitat de patir trastorn mental en població de 4 a 14 anys segons nivell d'estudis dels pares i gènere. Catalunya 2016-2017

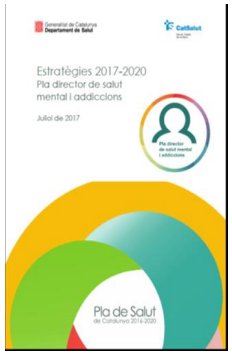


Font: ESCA

La salut mental i les addiccions: una prioritat a Catalunya alineada amb les polítiques internacionals





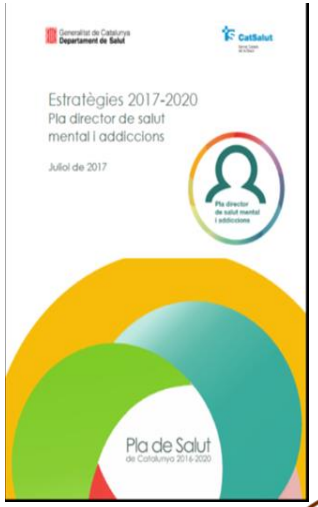


Estratègies orientades al desenvolupament d'un model d'atenció comunitària en salut mental i addiccions

- **Abordatge de salut pública**, amb un enfoc poblacional que tingui en compte les característiques socioeconòmiques.
- **Enfoc multisectorial** del conjunt del Govern.
- **Basada en els drets humans** i en la prevenció de l'estigma i l'exclusió social.
- **Enfoc comunitari**, orientat a l'atenció centrada en la persona, la recuperació i la inserció social.
- **Participació del moviment en primera persona i de les famílies.**
- **Implicació dels professionals en** formació continuada, recerca i innovació.
- **Polítiques basades en l'evidencia, les bones pràctiques i l'ètica.**

L1 Promoció de la salut mental positiva i el benestar de les persones. Incrementar el compromís de la xarxa d'atenció en la prevenció de Trastorns Mentals i les Addicions

L2 Millora de les practiques en relació als drets de les persones. Potenciar noves capacitats de participació i apoderament



L3 Garantir l'atenció especialitzada territorialment equitativa, accessible, integral, competent i basada en la comunitat

L4 Millorar les condicions de la pràctica assistencial mitjançant la formació especialitzada a fi que les persones tinguin una atenció digna, segura i efectiva

L5 Garantir que el sistema de salut proveeix una atenció integrada a la salut física i mental mitjançant pràctiques compartides

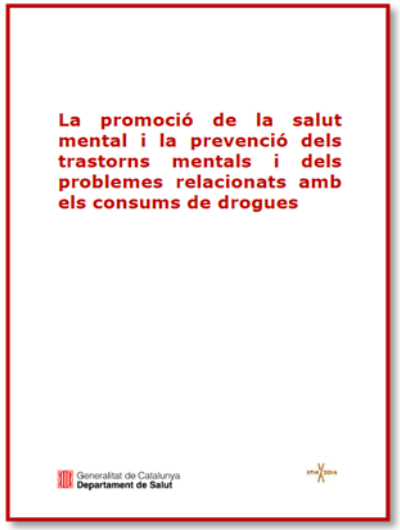
L6 Millorar la integració amb els serveis no sanitaris i la col·laboració interdepartamental

L7 Garantir elements de recolzament al canvi

Definició de la cartera de serveis de Salut Pública en l'àmbit de la Salut Mental i les Addiccions

Grup de Treball del Consell Assessor de Salut Mental i Addiccions i Consell Assessor de Salut Pública (any 2014)

Partint de les recomanacions de l'OMS i de les experiències ja en marxa al nostre país, es va elaborar **un pla d'intervencions en promoció de la salut mental i prevenció dels trastorns mentals i de les addiccions**, tot analitzant l'aplicabilitat de les mesures i proposant-ne la seva priorització.



Recomanacions

- ❑ **Lluita contra l'estigma**: Suport al Projecte Obertament
- ❑ **Promoció de la Salut mental en l'embaràs, puerperi i etapa del vincle**:
- ❑**Protocol d'activitats preventives a l'edat pediàtrica**: seguiment pediàtric de la salut infantil que inclogui detectors precoços de TM
- ❑**Programa de Salut Escolar** i en general, intervencions de promoció i prevenció a les escoles
- ❑ **Promoció i prevenció en grups de risc vulnerable**: fills menors de persones amb TM i fills menors testimonis de violència intrafamiliar,
- ❑Lluita contra **la depressió i prevenció del suïcidi**
- ❑**Salut Mental en l'entorn laboral**
- ❑ **Prevenció i atenció Psicosi incipient**
- ❑**Prevenció en salut mental en gent gran**
- ❑**Promoció i prevenció en salut mental en l'entorn de l'Atenció Primària de Salut**
- ❑ **La cura als cuidadors: Suport al Projecte Activa't**

Projecte – Obertament: Lluita contra l'estigma

OBJECTIU: Lluitar per la sensibilització social envers les malalties mentals i evitar així l'estigma i discriminació que pateixen aquestes persones.

- Campanya 2018: "Parla Obertament"
- Recomanacions sobre el tractament de la salut mental als mitjans de comunicació
- Incorporació a l'Enquesta de Salut de Catalunya (ESCA) d'un qüestionari específic sobre actituds i comportaments de la població catalana respecte les persones amb problemes de salut mental.
- L'any 2017 s'ha presentat el Projecte antiestigma a l'Atenció Primària.
- Estudi l'estigma i la discriminació en salut mental a Catalunya, 2016

Àmbits:

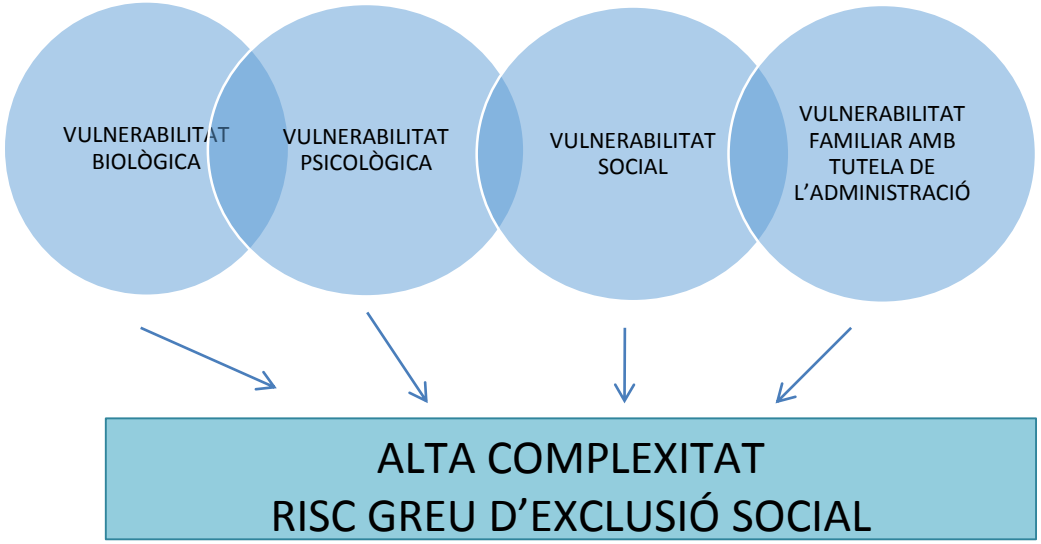
Educatiu	**Laboral**
Família	**Parella**
Salut	**Relacions socials**

Promoció de la salut mental en l'embaràs i el puerperi

- Incorporació de l'avaluació de la salut mental i la detecció precoç de trastorns mentals en el nou protocol de l'embaràs.
- Acompanyament a les dones amb trastorns mentals durant l'embaràs
- L'atenció amb equips especialitzats a les dones amb TM durant embaràs i el puerperi que promoguin el vincle mare-nadó

Població infantil i juvenil en situació de vulnerabilitat

En famílies en situació d'exclusió social
Menors negligits o maltractats
Testimonis de violència domèstica
Fills de pares amb TMS i/o addiccions
Joves diagnosticats de TMG, desvinculats o amb vinculació fràgil a la xarxa sanitària
Població infantil i juvenil tutelada
Població immigrant i refugiada
En situacions d'acolliment i adopció



tevican+

Kidstime Barcelona

Pla director de salut mental i addiccions

Programa de col·laboració amb l'Atenció Primària de Salud (APS)

L'APS té un paper clau en la promoció de la salut mental, la prevenció, l'atenció als problemes lleus de salut mental i el malestar emocional

Cartera de serveis de Salut Mental i Addiccions en APS:

- Activitats de **promoció i prevenció en la comunitat amb** intervencions en els àmbits de **salut, educació, social i col·lectius específics.**
- **Evitar la medicalització** de problemes de la vida, reduir la prescripció de psicofàrmacs i **incrementar l'ús d'actius comunitaris.**
- Potenciar l'atenció **psicològica individual i grupal i grups psicoeducatius.**
- Millorar la **detecció precoç** de trastorns mentals greus
- Garantir **atenció integrada a la salut física i mental de les persones** y la gestió compartida de casos de major complexitat.
- Programes específics per **adolescents i joves**.
- **Equips especialitzats en Salut Mental i Addiccions que treballen conjuntament amb els equips d' APS.**

DEPRESSION AWARENESS AND SELF-MANAGEMENT THROUGH THE WEB

PREDINU

Preventing Depression and Improving Awareness through Networking in the EU

- 12 partners across 11 countries
- Continuation of 10 years of research in suicide prevention
- Tool is currently being implemented in 5 regions

INAD Institut de Neuropsiquiatria i Addiccions

Parc de Salut MAR Barcelona

EUROPEAN ALLIANCE AGAINST DEPRESSION

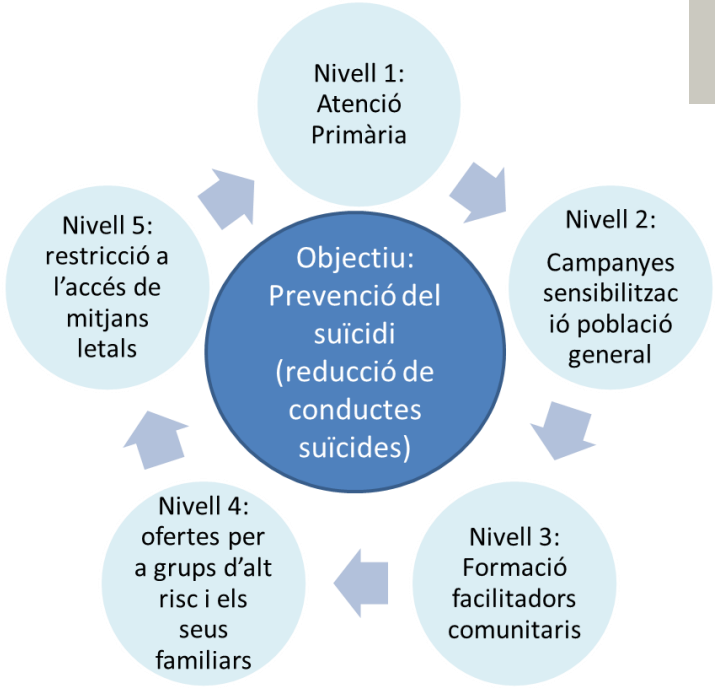
targeting depression and suicide globally

cibersam

Centro de Investigación Biomédica En Red de Salud Mental

iFightDepression

european alliance against depression



Una eina basada en Internet és:

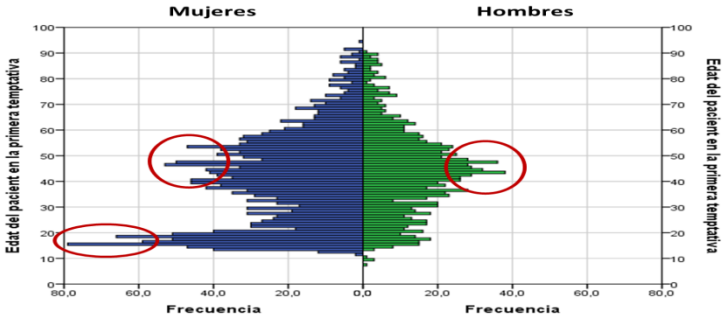
- Proactiva
- Baix cost
- De fàcil accés
- Basat en evidència
- Adequat a joves i adults

Programa de prevenció del suïcidi: Codi risc de suïcidi - CRS

Objectiu general: Disminuir la mortalitat per suïcidi, augmentar la supervivència de la població atesa per conducta suïcida i prevenir la repetició de temptatives de suïcidi en els pacients d'alt risc

- **Millorar la detecció precoç** en qualsevol punt d'atenció del sistema sanitari.
- **Prioritzar els pacients de més risc amb una atenció més proactiva i immediata**.
- **Seguiment integral i longitudinal.**
- **Millorar la comunicació i la coordinació.**
- **Suport de les TIC i la historia clínica compartida.**
- Disposar d'un **registro sanitari** de casos.
- **Programa d'atenció a les famílies.**

- L'any 2017 es van registrar 3.639 episodis de conducta suïcida (65% dones i 35% homes).
- El 62% va presentar "risc alt" segons l'escala MINI i el 68% algun trastorn mental.
- El 85% van ser derivats per a seguiment ambulatori.



Programa d'atenció a la psicosi incipient

Objectius:

- **Millorar la detecció i** la **intervenció precoç** identificant signes de risc.
- **Sensibilitzar** a la societat amb campanyes informatives.
- **Formar** als agents comunitaris i als professionals sanitaris.
- Garantir una **accessibilitat ràpida i intensiva** als serveis especialitzats.
- **Facilitar la recuperació** d'un episodi psicòtic **i la prevenció de recaigudes.**
- **Atenció a les famílies.**
- Promoure la **inserció social i laboral.**
- **Implantación a tot el territori de Catalunya**

Evidències a nivell internacional

Beneficis demostrats

- Reducció de la durada de la psicosi sense tractar
- Disminució del temps i número d'hospitalitzacions
- Menor interrupció dels estudis
- Millora de l'adherència al tractament
- Millor percepció sobre qualitat de vida

Principals estalvis degut a:

- La disminució del número d'hospitalitzacions i visites a urgències.
- La reducció de les taxes de desocupació.
- Menor ús de serveis de justícia.
- Disminució de la taxa de suïcidi.

Projecte Activa't

EINES MATERIALS i VIRTUALS: GUIES I MANUALS PER LES FORMACIONS, PÁGINA WEB, FULLETONS INFORMATIUS, VIDEOS

Espai Situa't → **Psicoeducació** (programes formatius) → **Apoderament** (Prospect) → **Suport Mutu** (Grups d'ajuda entr iguals)

AVALUACIÓ DEL CIRCUIT I ALTRES (ESPAIS SITUA'T, GAMs)

Més de 3.400 demandes d'informació i assessorament
Més de 1.600 participants en formacions i grups d'ajuda mútua de persones amb problemes de salut mental, familiars i professionals.
Iniciats 28 formacions psicoeducatives
14 programes de formació en apoderament (Prospect)
47 Grups d'ajuda mútua
448 participants en l'avaluació
TOTAL 2.600 persones beneficiàries

Trastorns conducta alimentària

- ✓ Disseny campanyes 012:

- ✓ Campanyes VideoSalut
  - ✓ Atenció! Signes de bulímia nerviosa
  - ✓ Atenció! Signes d'anorèxia nerviosa
  - ✓ Creences falses sobre l'alimentació

  - ✓ ResSer - Anorèxia, bulímia i altres trastorns de la conducta alimentària

- ✓ "Recomanacions sobre el tractament de l'anorèxia i la Bulímia nervioses als mitjans de Comunicació audiovisuals",
- ✓ Campanya "L'anorèxia no és culpa de ningú però tots en som responsables"
- ✓ "Decàleg de bones pràctiques pel foment de l'autoestima i la imatge corporal en els mitjans de comunicació i la publicitat"

taula de diàleg per a la prevenció dels trastorns de la conducta alimentària

Agència Catalana del Consum

Preventive strategies for mental health

Celso Arango, Covadonga M Díaz-Caneja, Patrick D McGorry, Judith Rapoport, Iris E Sommer, Jacob A Vorstman, David McDaid, Oscar Marín, Elena Serrano-Drozdowskyj, Robert Freedman, William Carpenter

Available treatment methods have shown little effect on the burden associated with mental health disorders. We review promising universal, selective, and indicated preventive mental health strategies that might reduce the incidence of mental health disorders, or shift expected trajectories to less debilitating outcomes. Some of these interventions also seem to be cost-effective. In the transition to mental illness, the cumulative lifetime effect of multiple small effect size risk factors progressively increases vulnerability to mental health disorders. This process might inform different levels and stages of tailored interventions to lessen risk, or increase protective factors and resilience, especially during sensitive developmental periods. Gaps between knowledge, policy, and practice need to be bridged. Future steps should emphasise mental health promotion, and improvement of early detection and interventions in clinical settings, schools, and the community, with essential support from society and policy makers.

Lancet Psychiatry 2018
Published Online
May 14, 2018
http://dx.doi.org/10.1016/S2215-0366(18)30057-9

Department of Child and Adolescent Psychiatry, Hospital General Universitario Gregorio Marañón, Instituto de Investigación Sanitaria Gregorio Marañón (IiSGM), School of

- **Augment de l'evidència** que recolza l'eficiència de les intervencions selectives i universals de promoció del benestar mental I prevenció dels TM.
- La **prevenció en persones que es troben al límit de la vulnerabilitat pot canviar les trajectòries esperades** cap a resultats menys debilitants o retardar l'aparició de trastorns mentals greus.
- Les **consideracions de seguretat i ètiques** han de guiar la implementació de les intervencions preventives en salut mental, sobretot en la població jove i les poblacions en risc.
- Cal que **els professionals de salut mental incorporin la prevenció** en la seva pràctica habitual i treballar conjuntament amb altres especialitats i altres sectors

Segons l'article els factors que obstaculitzen l'avenç de la prevenció en salut mental

Limitacions d'utilitzar diagnòstics de trastorns mentals concrets com a mesura de resultat de les intervencions preventives.
Barreres en la identificació i l'atenció a les persones en situació de risc.
Reptes metodològics i ètics en les intervencions preventives
Els beneficis a llarg termini no semblen motivar les autoritats sanitàries ni els polítics.
El repte de reequilibrar la inversió entre prevenció i tractament dels trastorns mentals
Estigma associats als TM pot generar una subestimació de la necessitat de fer prevenció en salut mental en la població general
Altres: Pobra cobertura de les assegurances en alguns països, baixa percepció de risc davant les primeres manifestacions en la infància i adolescència, necessitat d'intervencions multinivell i multisectorials quan els serveis estan compartimentats.

Missatges clau per a la prevenció en Salut Mental

1. Traduir les proves científiques **d'intervencions preventives rendibles en iniciatives de salut pública, pràctica clínica i sistemes de prestació de serveis.**

2. **Augmentar la consciència social, professional i política** en els avenços i la importància de la prevenció i la promoció de la salut mental.

3. La pràctica clínica ha d'estar orientada a la **detecció i intervenció en els factors de risc.**

4. Proporcionar **intervencions dissenyades per a cada etapa del desenvolupament** orientades a minimitzar l'impacte dels factors de risc.

5. Promoure intervencions amb un **enfocament multidisciplinari i multinivell** (psicològic, social, familiar i legal).

6. Promoure **estils de vida saludables** que incloguin la nutrició i l'exercici.

7. Fomentar **les intervencions a l'escola** (orientades a alumnes, famílies i professionals de l'educació)

Pla director
de salut mental
i addiccions

V JORNADA DE SALUT MENTAL DE LA UNIÓ

Promoció i Prevenció en Salut Mental

Cristina Molina

Barcelona, 24 de maig de 2018

Generalitat de Catalunya
Departament de Salut

CatSalut
Servei Català
de la Salut