ESADE
Business School

# *V Jornada de Salut mental de la Unió*

# *Promoció de la salut mental*

Dr Eva Jané Llopis

Director of Health, SDGs and Social Innovation Programme
ESADE Business School
Spain

Associate Professor, School of Public Health
Maastricht University
The Netherlands

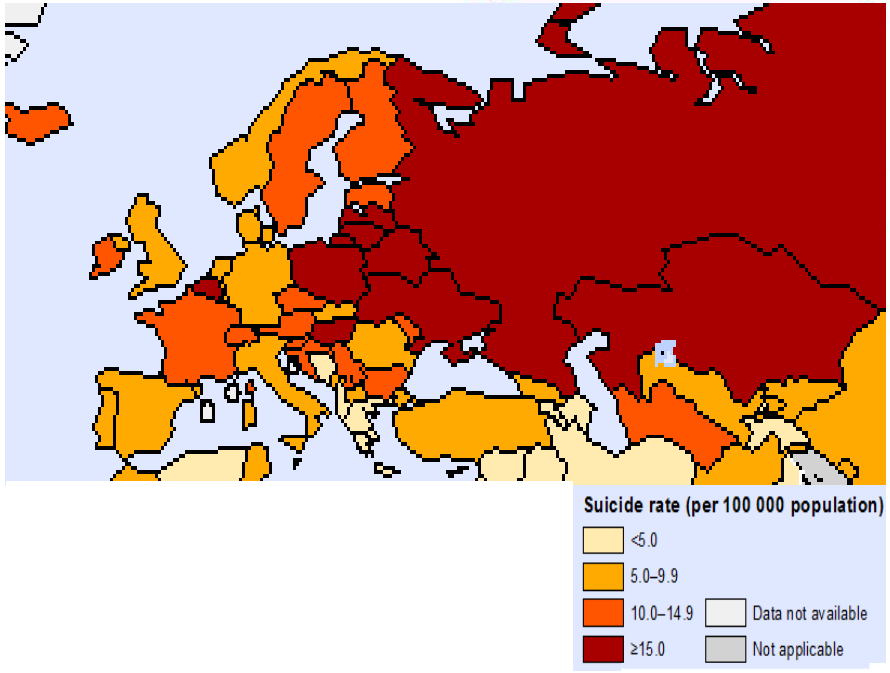
# Promoció i Prevenció en Salut Mental: Son efectives? Qui ho paga? De qui es responsabilitat?

- Per què? Càrrega, cost, cost-benefici
- Moviments Europeus per la Promoció/Prevenció Salut Mental
- Pràctiques internacionals
  - A nivell poblacional: enfoc integrat de Gran Bretanya
    - Desde el rol del professional de salut
  - A nivell individual: USA, Mayo Clinic
    - Per els professionals de la salut
- Al centre del debat

# Prevalencia en la població general

- 450 million suffer a mental health problem every year
- One in four of us
- 30% of all ill health and premature death

**Suicide and self-inflicted injury, all ages per 100000**

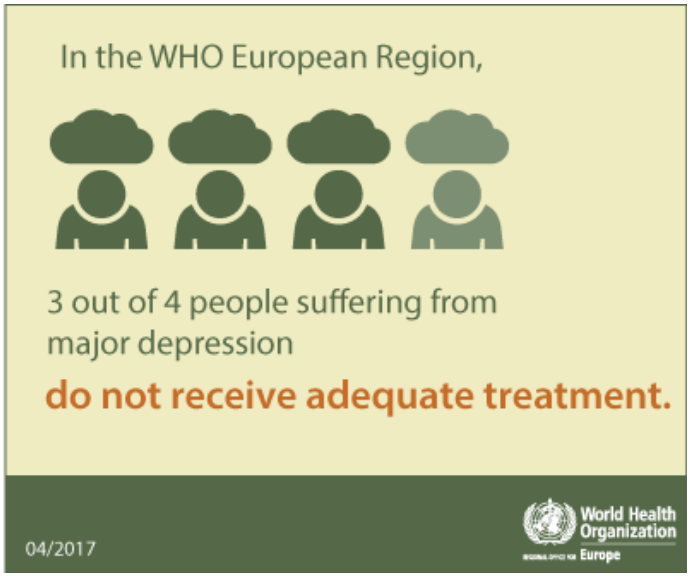



World Health Organization

© WHO 2017. All rights reserved.

Sources: Ustun et al., 2004; Chisholm et al, 2004; WHO HFA database

# Manca de tractament adequat



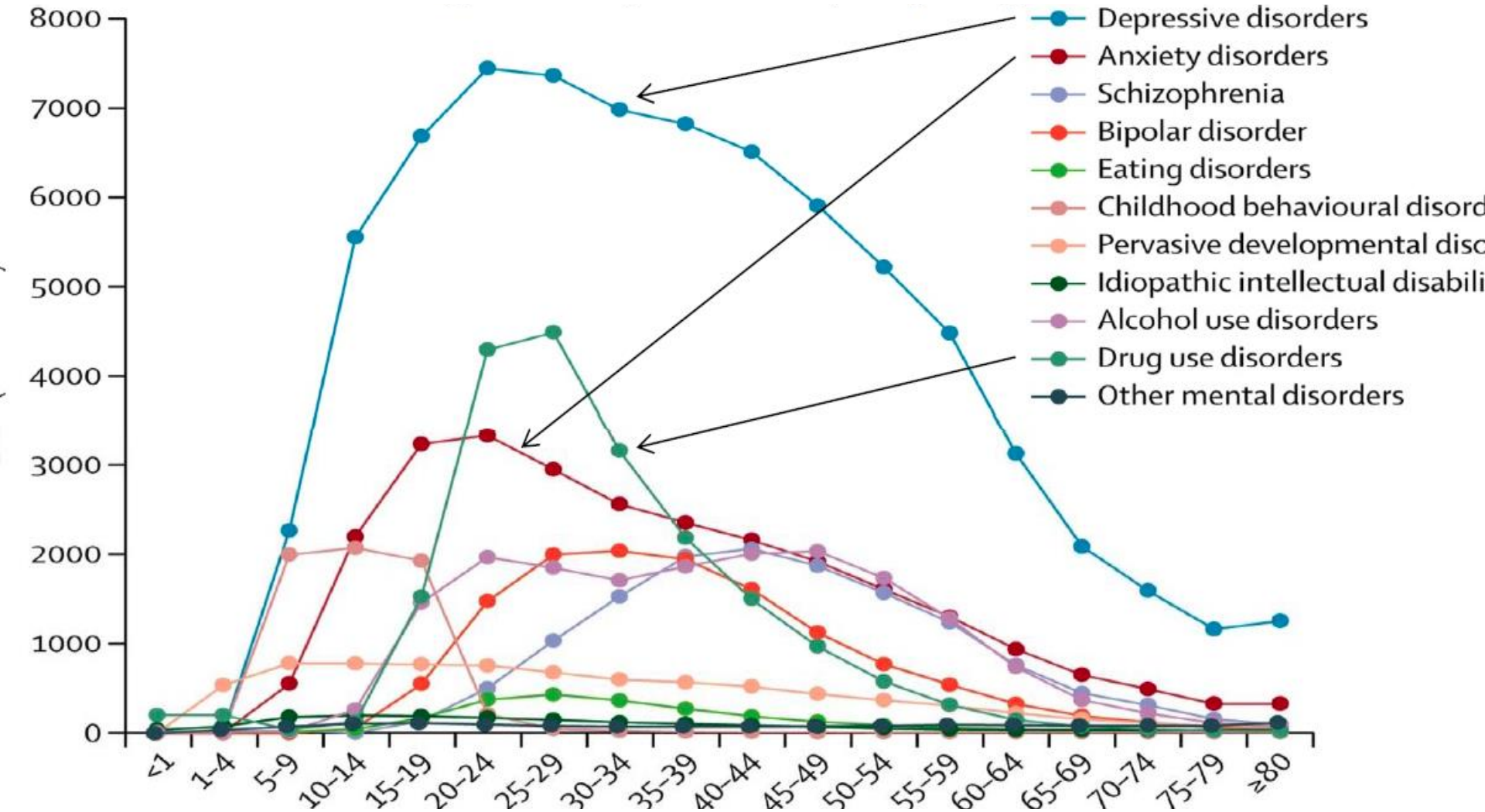

**2 de cada 3 nens**

**3 de cada 4 adults**

**No reben tractament adequat**

# Dalys per cada malaltia mental, global 2010, per edat

**DALYs**: anys perduts per incapacitat per malaltia o mort prematura




Source: Whiteford et al., Lancet 2013

# Els costs: els més alts de qualsevol enfermetat

**30-50% de totes les reclamacions per discapacitat a països OECD**

**40% del temps perdut; primera causa de totes les enfermetats, 46%**

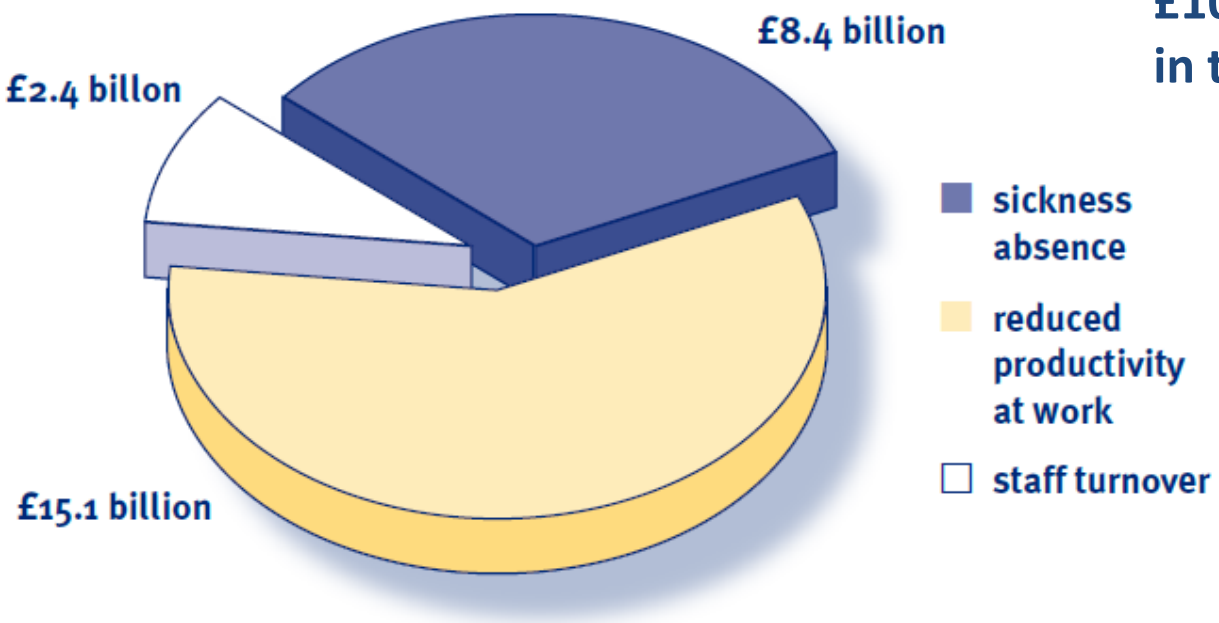
**Presentisme afegeix 1.8 vegades al cost de absentisme**

**Salut mental responsable de 20% empleats deixin la feina**

**UK Total annual cost £26 bn**

**£1035 for every employee in the workforce**

Figure 1: The business costs of mental ill health at work




**Promoció & prevenció SM a la feina:**

- **Estalviar 30% costs**
- **£8 bn a year**

# Efficacy and return on investment of prevention in the workplace

## Well-being programmes: $4:1 Return on Investment

### Nivell Organitzacional

- Augment de la productivitat
- Augment del rendiment laboral
- Major rendiment organitzatiu
- Increment del compromís laboral
- Major capacitat de recuperació
- Reducció de l'absentisme (ex. un 46% menys de dies amb malalties físiques / mentals)

### Nivell Individual

- Augment de la creativitat i la flexibilitat cognitiva
- Increment de la cooperació, la col·laboració i la moral
- Rendiment financer
- Augment de satisfacció amb la vida
- Disminució de problemes de salut
- Un 39% menys probable de ser diagnosticat amb una malaltia nova l'any que ve
- 43% menys probabilitat de tenir depressió o ansietat

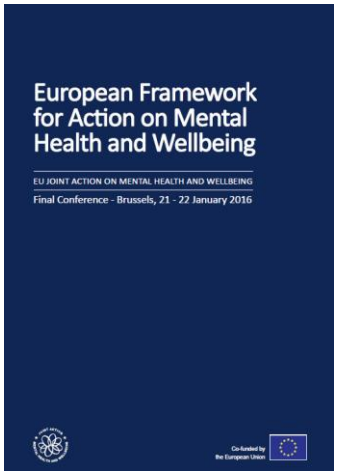
# Moviment Europeu: crida per la promoció i la prevenció en salut mental

OMS 2005

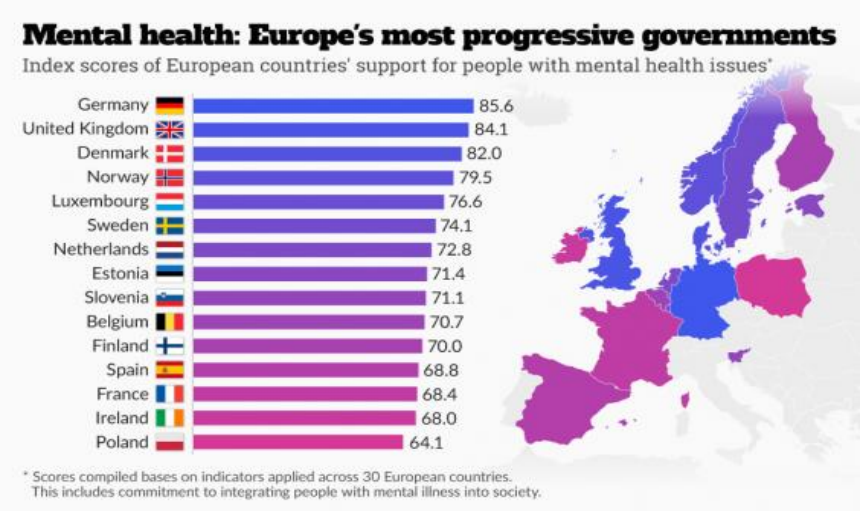
CE 2006

CE 2008

OMS 2013




CE 2016



# La multisectorialitat de la salut mental demana enfocs integrats

- Suport social
- La integració social
- Benestar universal
- Ingressos suficients
- Rendiment escolar
- Ocupació…

Enfocaments integrals:

- més eficaç i rendible que els individuals
- construeixen sobre els actius, fent front als dèficits

# OMS: Pla d'acció en Salut Mental (2013-2020)

World Health Organization
REGIONAL OFFICE FOR Europe

- Impacte dels determinants de salut en la salut mental
- La salut mental en la salut pública
- Prevenció i intervenció l'estrès a nivell individual i poblacional
- Programes de prevenció del suïcidi, estigma, discriminació, us d'alcohol i drogues i demència
- Disseminar evidencia d'intervencions efectives en l'àmbit laboral a tots els països europeus

# Pla d'acció de OMS per Salut Mental: acció als països

**Al llarg de la vida**

- ❑ Prevenció de suïcidi universal - grups vulnerables

**Millor inici**

- ❑ Vida familiar, atenció ante-postnatal i habilitats per a pares
- ❑ Educació preescolar, entorn d'aprenentatge (pares per llegir, àpats familiars)
- ❑ Experiències adverses de la infància (abús, negligència, violència, drogues i alcohol)

**Educació i habilitats**

- ❑ Programes escolars (problemes emocionals, assetjament escolar)
- ❑ Aproximacions comunitàries a l'educació en àrees deprivades
- ❑ Aprenentatge permanent en els socialment exclosos

**Ocupació**

- ❑ Incentius als empresaris per reduir l'estrès laboral
- ❑ Organització del treball (hores) per a l'equilibri entre el treball i la vida
- ❑ Llocs saludables, comunitats saludables

**Dignitat en la vellesa**

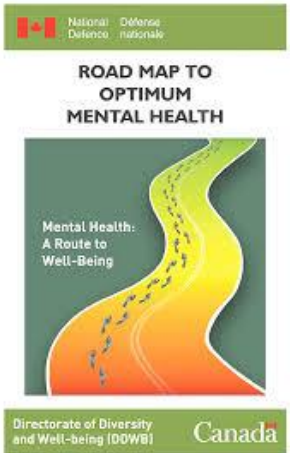
- ❑ Barris segurs, accessibles, faciliten la participació, la mobilitat i l'autonomia
- ❑ Oportunitats per a l'aprenentatge virtual per facilitar l'accés a les xarxes socials

# Progrés a la Unió Europea (2016-2017)

- Suïcidi: Àustria, Dinamarca, Finlàndia, Letònia, Lituània, Luxemburg, Països Baixos, Portugal, Suècia,
- Escola: Finlàndia, Islàndia, Letònia i Portugal)
- Lloc de treball: Bèlgica, Dinamarca

- Programes integrals (+ finançament):

  Noruega, Suècia, Luxemburg, Finlàndia, UK




Source: EU Compass for Action on MH and wellbeing 2017

# Promoció i Prevenció en Salut Mental:
# Son efectives? Qui ho paga? De qui es responsabilitat?

- Per què? Càrrega, cost, cost-benefici
- Moviments Europeus per la Promoció/Prevenció Salut Mental
- Pràctiques internacionals
  - **A nivell poblacional: enfoc integrat de Gran Bretanya**
    - Desde el rol del professional de salut
  - A nivell individual: USA, Mayo Clinic
    - Per els professionals de la salut
- Al centre del debat

# Enfoc a Gran Bretanya

- Tradició cap al benestar – “well-being”: support primer ministre/cabinet
- Driver de l'economia: gran càrrega de costos de £105 billions a l'any
- Els estudis de cost-benefici per l'elecció de programes en totes les arees
- Eina per identificar i ajudar a implementar les intervencions dins Salut Pública

Public Health England

# Why invest in mental health interventions

**1 IN 4**

people will experience a mental health problem each year

The government spends around

**£19 bn**

every year on services for people with mental health needs

PHE's ROI tool shows that

...the 'Workplace wellbeing programme' results in an estimated saving to society of

**£2.37**

...the 'School based resilience programme' results in an estimated saving to society of

**£5.08**

...the 'Tackling loneliness in older adults programme' results in an estimated saving to society of

**£1.26**

Source: Knapp et al, 2017

# Cost-efectivitat de programes preventius/promoció Salut Mental

| Programa | Cost en £ | Benefici £ |
|---|---|---|
| Escola: prevenció bullying | 1 | 1.58 |
| Escola: aprenentatge socio-emocional | 1 | 5.08 |
| Laboral: well-being (benestar) | 1 | 2.37 |
| Laboral: prevenció de l' estres | 1 | 2 |
| Col.laboracio en la cura de problemes fisics de salut | 1 | 1.52 |
| Adults: welfare service | 1 | 2.60 |
| Adults: prevenció del suïcide | 1 | 2.93 |
| Gent gran: adressar soledat a traves de voluntariat i activitats socials | 1 | 1.26 |

Source: Knapp et al, 2017

## Guía per l'implementació de l'enfoc integrat promoció/prevenció

**Els professionals sanitaris han de conèixer les intervencions de promoció i prevenció a nivell de població i han de:**

- Incloure **prevenció i promoció** de salut en la feina del **dia a dia**
- Actuar sobre els **determinants de la salut** mental (pobresa, violència)
- **Identificar** les persones amb condicions de llarg termini / **risc**
- **Accés a informació i recursos** per donar suport a la salut mental
- Promoure **estils de vida saludables** dins/fora centres de salut mental
- Treballar amb els **serveis locals** rellevants (habitatge, ocupació)
- **Combatre l'estigma** i la discriminació i reduir les desigualtats de salut en general

Public Health England

# Els professionals sanitaris poden promoure la salut mental a través de:

- Treballar amb serveis ***d'Atencio Primària, Secundària i Especialitzats*** per aconseguir un ***enfoc holistic*** (prevencio/cura/salut física/mental)
- Treballar amb els ***serveis locals*** (voluntari i comunitari) i animar els ***pacients*** a enllaçar amb ***iniciatives de la comunitat*** (connexions socials, reduir l'aïllament, classes de cuina, control de pes, caminar)
- Saber qui/on ***obtenir info*** per donar suport als ***estils de vida saludables*** (serveis locals per exercici, control de pes, deixar de fumar i serveis especialitzats diabetis)
- Saber qui/on aconseguir ***assessorament*** per donar suport als ***temes de benestar i socials*** tals com el deute, la violència domèstica, l'habitatge

Public Health England

# Facilitadors per la implementació al Sector Sanitari

- Easy guide to advice: 5 steps to wellbeing
- Cursos sobre promoció i prevenció de salut mental per al personal de salut pública (inclosa l'atenció primària)
- Plans d'actuació / directrius
- Suport financer
- Mecanismes per treballar inter-sectoralment

# 5 steps to Wellbeing

| | |
|---|---|
| **Connect** | With the people around you. With family, friends, colleagues and neighbours. At home, work, school or in your local community. Think of these as the cornerstones of your life and invest time in developing them. Building these connections will support and enrich you every day. |
| **Be active** | Go for a walk or run. Step outside. Cycle. Play a game. Garden. Dance. Exercising makes you feel good. Most importantly, discover a physical activity you enjoy and that suits your level of mobility and fitness. |
| **Take notice** | Be curious. Catch sight of the beautiful. Remark on the unusual. Notice the changing seasons. Savour the moment, whether you are walking to work, eating lunch or talking to friends. Be aware of the world around you and what you are feeling. Reflecting on your experiences will help you appreciate what matters to you. |
| **Keep learning** | Try something new. Rediscover an old interest. Sign up for that course. Take on a different responsibility at work. Fix a bike. Learn to play an instrument or how to cook your favourite food. Set a challenge you enjoy achieving. Learning new things will make you more confident as well as being fun. |
| **Give** | Do something nice for a friend, or a stranger. Thank someone. Smile. Volunteer your time. Join a community group. Look out, as well as in. Seeing yourself, and your happiness, as linked to the wider community can be incredibly rewarding and creates connections with the people around you. |

# Promoció i Prevenció en Salut Mental:
# Son efectives? Qui ho paga? De qui es responsabilitat?

- Per què? Càrrega, cost, cost-benefici
- Moviments Europeus per la Promoció/Prevenció Salut Mental
- Pràctiques internacionals
  - A nivell poblacional: enfoc integrat de Gran Bretanya
    - Desde el rol del professional de salut
  - **A nivell individual: USA, Mayo Clinic**
    - **Per els professionals de la salut**
- Al centre del debat

# “Employee stress” considerat el risc laboral més alt

**Equally prevalent across seniority levels**

## Stress Disconnect and Consequences

### Top 3 causes of workforce stress

**Employer says**

1. Lack of work/life balance
2. Inadequate staffing
3. Expanded technology

**Employee says**

1. Inadequate staffing
2. Low pay/pay increases
3. Unclear job expectations

**High-stressed employees:**

60% have trouble sleeping
57% disengage of work activity
50% more sick days (5 days+)
50% higher presenteeism (16 days+)

BUSINESS IN THE COMMUNITY

# Mental health toolkit for employers

## The scale of the problem for employers

Mental health issues in the workforce cost UK employers up to **£42 billion** a year

This includes:

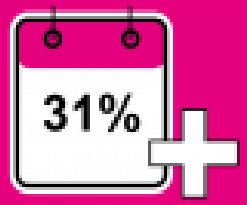
**£8 billion** in sickness absence

**£1 billion** in sickness absence to the self employed

**£8 billion** in replacing staff who leave their jobs because of their mental health

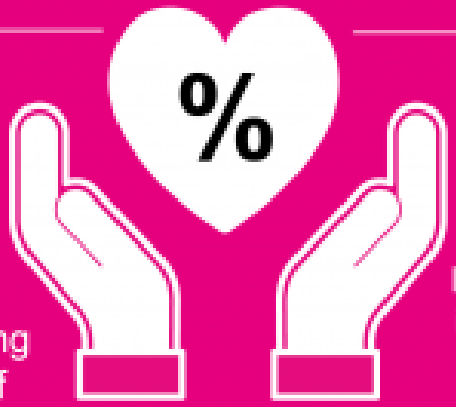
## The scale of the problem for employees

**Three out of every five** employees experience mental health issues because of work




**31%** of the UK workforce have been formally diagnosed with a mental health issue

Just **13%** feel able to disclose a mental health issue to their line manager




**91%** of managers agree that what they do affects the wellbeing of their staff

But only **58%** of employees believe their line manager is concerned about their wellbeing

(Source: Business in the Community Mental Health at Work Report 2017)

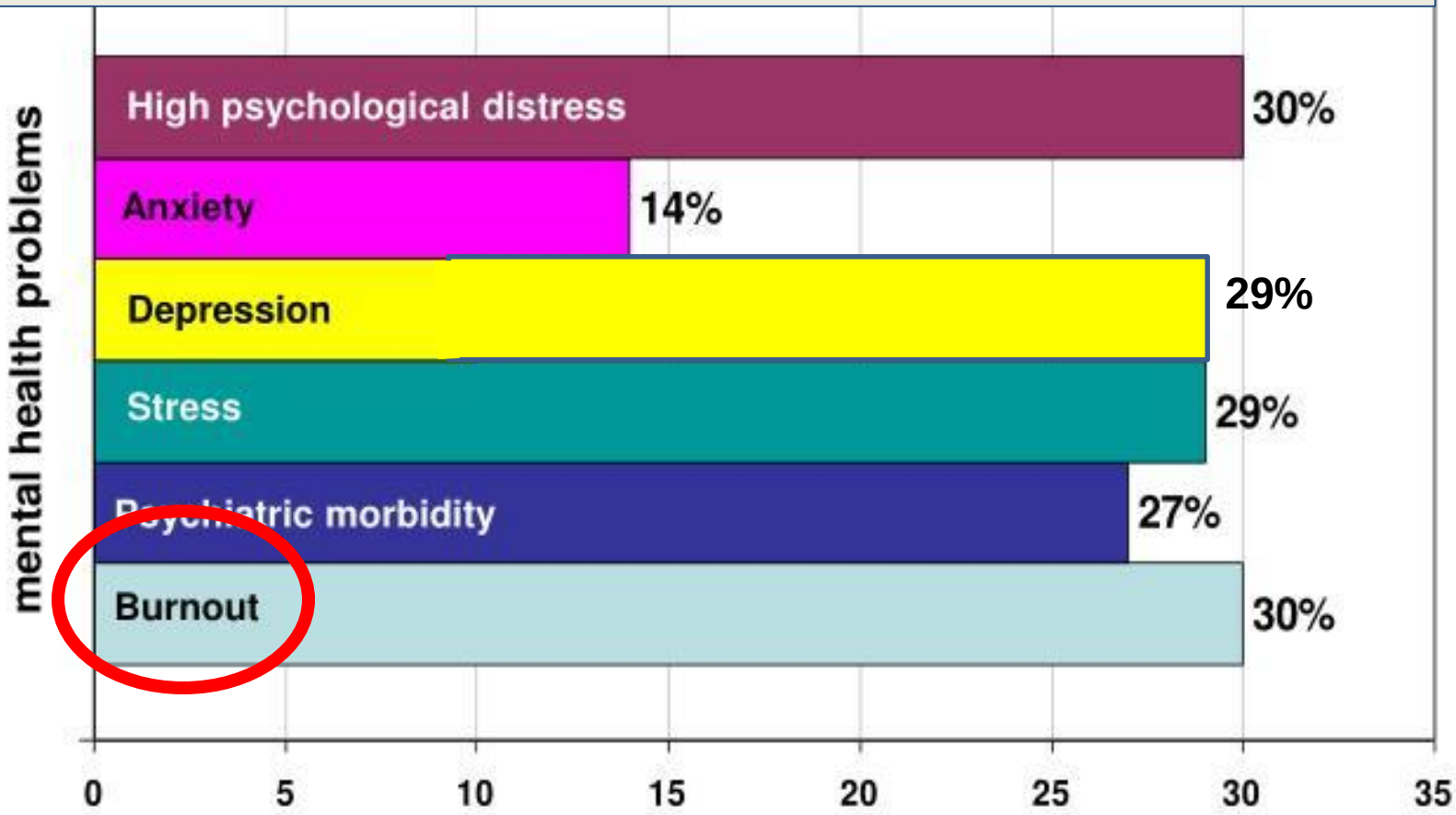
(Source: Deloitte Mental Health and Wellbeing in Employment Report 2017))

Public Health England

Protecting and improving the nation's health

# Prevalence mental health problems in health professionals

## Double that from the general population; = across seniority




Maunz & Steyer, 2001; Bourbonnais et al, 1999; McGrath & Boore, 2003; Borill et al; Benett et al. 2001

# Prevalence burnout in health professionals (1)

| | Enfermeria atención secundaria Espanya | Atención primaria - Europa (12% all 3) |
|---|---|---|
| Cansancio emocional | 58% | 43% |
| Despersonalización | 59% | 35% |
| Baja realización personal | 65% | 32% |

- US secondary care: 46%/54% at least one symptom

Source: Shanefelt et al, 2015; Martin 2015; Parloa V. et al, 2017

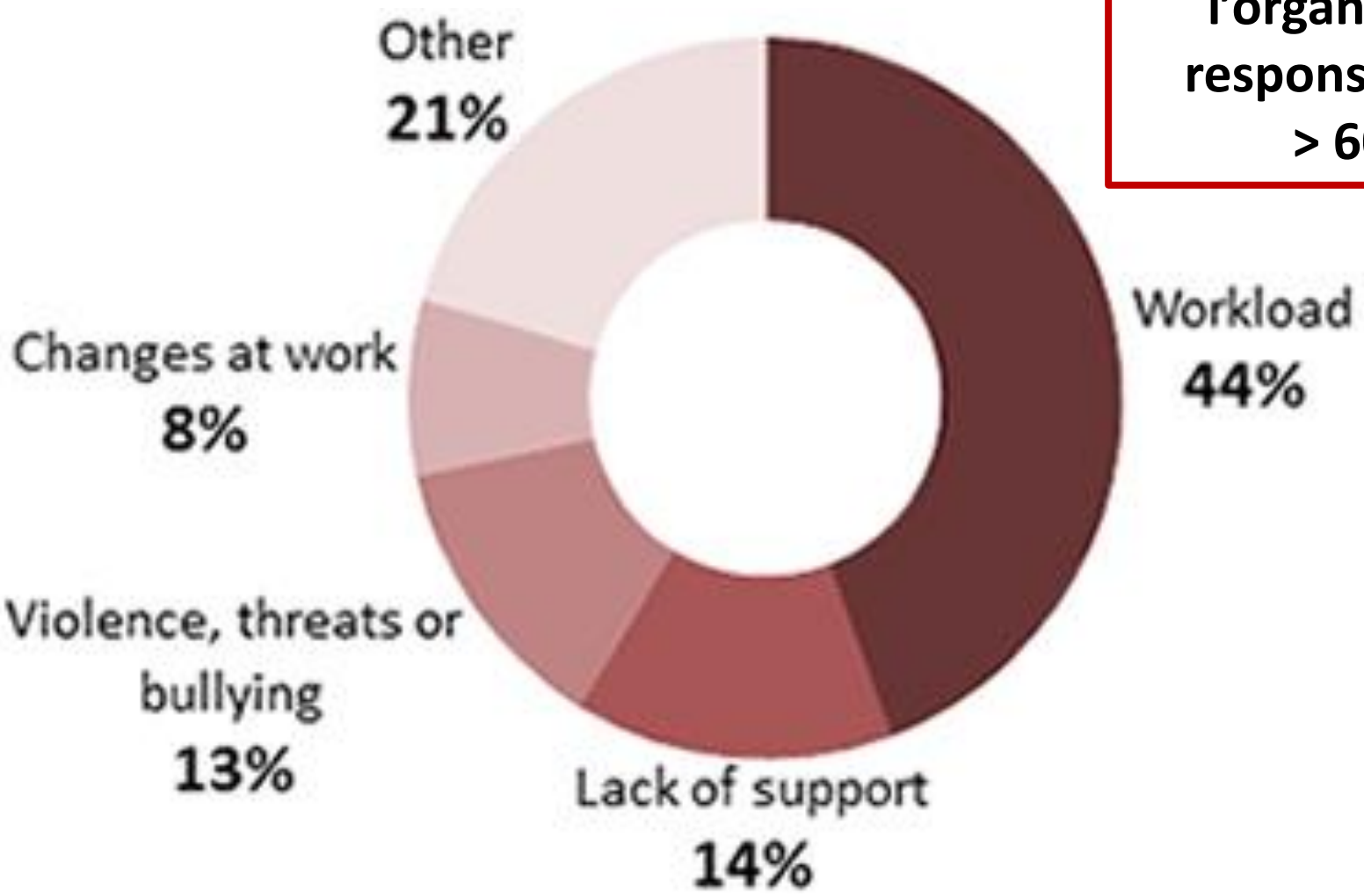
# Prevalence burnout in health professionals (2)

## Prevalence across specialities US

| | |
|---|---|
| Physical medicine and rehabilitation | 63.3% |
| Urology | 63.4% |
| Family medicine | 63% |
| Radiology | 61.4% |
| Orthopaedic surgery | 59.6% |
| Dermatology | 56.5% |
| General surgery subspecialties | 52.7% |
| Pathology | 52.5% |
| General paediatrics | 46.3% |

# Distribució: causes del burnout

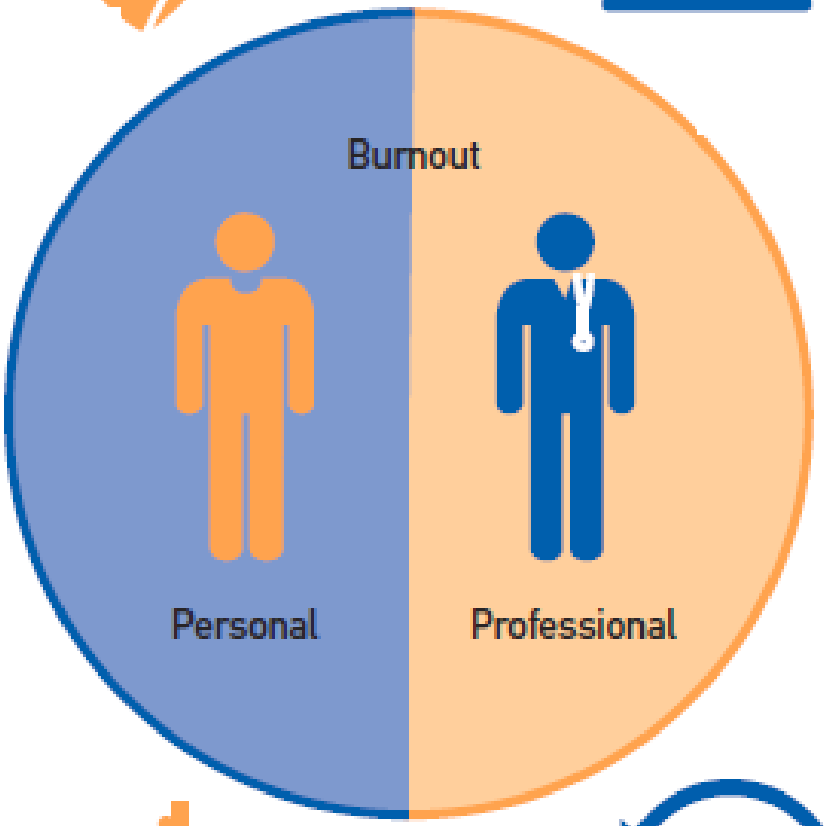
**L'estructura de l'organització responsable de > 60%**



# Conseqüències burnout

Relacions trencades
Aïllament social
Reducció de motivació
Esgotament emocional

Falta d'eficiència
Actitud hostil i cínica
**Errors mèdics**




Relacions difícils
Negació de problemes
**Baixa satisfacció de pacients** i professional

Alcohol i abús de drogues
Disfunció marital

**Mala qualitat de l'atenció sanitària**
Seguretat dels pacients

Depressió
Ansietat
Trastorn del son
Fatiga

Suïcidi

Marxa/**renuncia del metge**

# Enfocs efectius per la salut mental al sector sanitari

| | Prevention | Treatment |
|---|---|---|
| **Burnout** | Individual: Enhancing resilience and work engagement<br><br>Organization: positive work environment | Intense stress management programme with booster sessions over long period<br><br>Mindfulness based strategies |
| **Depression** | Practicas organizativas: positive work environment<br><br>Protección y el apoyo psicológico (e.g, casos de maltrato físico o abuso sexual)<br><br>Asistencia psicosocial después de catástrofes o conflictos bélicos | Antidepressant medications: about 10%<br><br>Psychotherapies<br>Cognitive behavioural therapy (CBT)*<br><br>*Well-evaluated interventions are increasingly available on the Internet, enabling self-help |

# Mayo Clinic: Enfoc integrat i holistic per prevenir burnout i promoure engagement and wellbeing

- **Adreça en la totalitat els factors organitzacionals - arrel burnout**

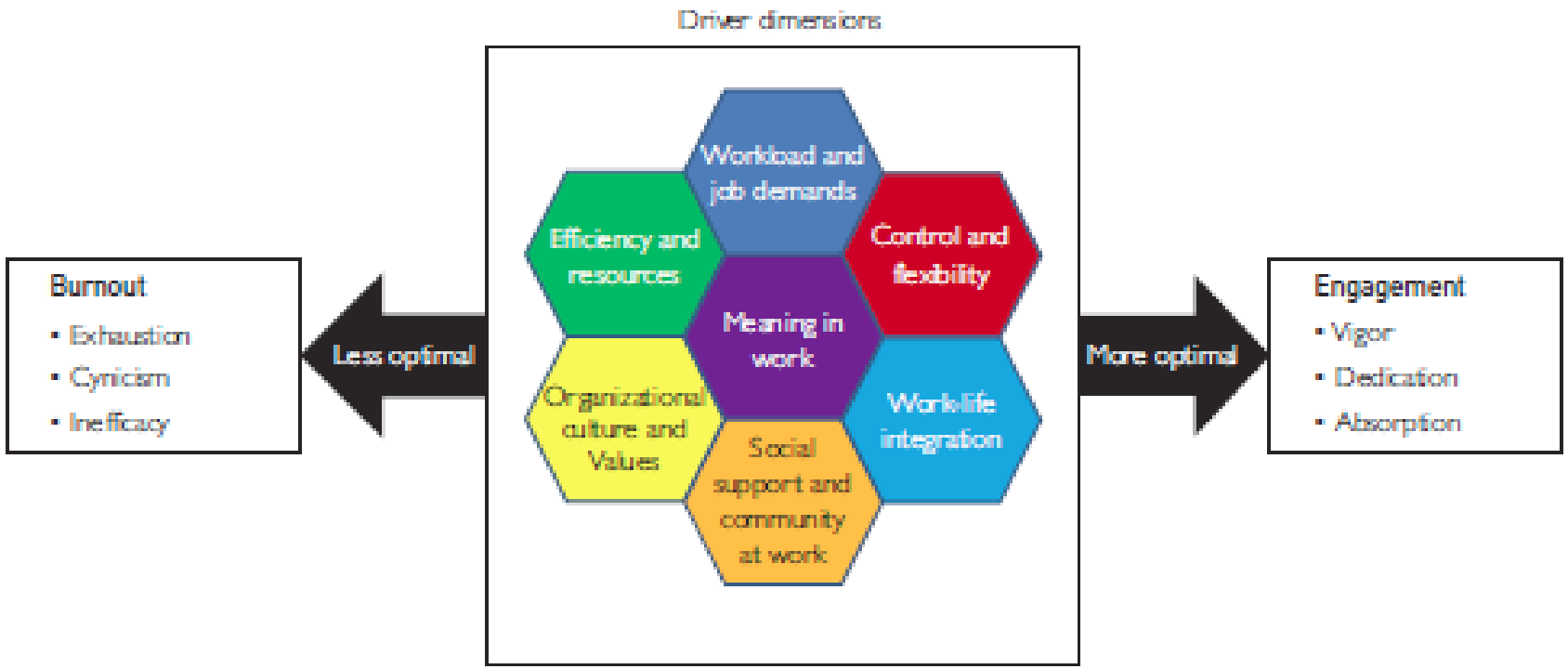



**FIGURE 2.** Key drivers of burnout and engagement in physicians.

Source: Mayo Clinic Strategy, Shanafelt & Noseworthy 2017

# 9 organizational strategies to ⬇ burnout & ⬆ engagement

- Acknowledge and assess the problem
- Harness the power of leadership
- Develop and implement targeted work unit interventions[a]
- Cultivate community at work
- Use rewards and incentives wisely
- Align values and strengthen culture
- Promote flexibility and work-life integration
- Provide resources to promote resilience and self-care
- Facilitate and fund organizational science

Source: Mayo Clinic Strategy, Shanafelt & Noseworthy 2017

# INCENTIUS APROPIATS

**Strategy 5:**

Use rewards and incentives wisely

- La compensació basada en la productivitat augmenta el risc de burnout perquè es fomenta el treball excessiu
- **Innovacions**: introduir la **dimensió del benestar** en la compensació basada en la productivitat (salvaguarda a l'excés de treball)
- Altres incentius: major **flexibilitat** (integració laboral-vida), **temps** protegit per a un **treball significatiu**
- Balanç difícil, cap model correcte

9 organizational strategies to ↓burnout & ↑engagement

# PROMOU FLEXIBILITAT i EQUILIBRI VIDA/FEINA

**Strategy 7:**

Promote flexibility and work-life integration

- Revisar polítiques organitzatives que poden ser causa de burnout
- Exemple: Flexibilitat i balanç vida privada-professional
  - 60 hores setmanals, expecatives/rols dona mes difícil
  - Part time contracts
  - Distribució de la feina flexible (quan, on, com treballo)
  - Horaris, guàrdies cap de setmana, nocturnes, etc…

# Facilitadors en implementació enfoc integral que adreca practica organitzational

Enfoc integrat basat en evidencia; increments wellbeing personal sanitari, pacients, reducció burnout, depressió, ansietat,

- Lideratge del CEO i board –
- Esdeve estrategia core de l'organitzacio
- Recolzament financier / voluntat de canvi
- Enfoc multidisciplinar – groups treball
- Base en envidencia recolzat per dades continuades (recerca)

# **Al centre del debat:**
# La promoció i prevenció de la salut mental…

- De qui es responsablitat?
- Qui ho paga?
- Funcionaria en la nostra realitat i recursos?
- Com s’integra en el sistema sanitari i de salut publica?
- Com passa a formar part de la pràctica de rutina?

Moltes gràcies

ESADE
Business School