

V JORNADA DE SALUT MENTAL DE LA UNIO
Promoció i Prevenció en Salut Mental

Dijous, 24 de maig de 2018

Polítiques de promoció i prevenció en salut mental

Joan Colom i Farran



Generalitat de Catalunya
Agència de Salut Pública de Catalunya

Promoció de la salut mental i prevenció dels trastorns mentals

- **Salut:** «manera de viure autònoma, solidària i joiosa». *Jordi Gol*. 10è Congrés de Metges i Biòlegs de Llengua Catalana, 1976
- Segons l'OMS, la **salut mental** és un **estat de benestar** en el que l'individu té consciència de les seves **pròpies aptituds**, és capaç d'**afrontar les pressions normals de la vida**, pot treballar de manera **productiva i fructífera** i és capaç de realitzar una **contribució positiva** a la comunitat.

La **salut mental** forma la base del benestar i el funcionament efectiu de l'**individu** i la **comunitat**.



Promoció de la salut mental i prevenció dels trastorns mentals

- Objectiu de la **promoció de la salut mental**: incidir sobre els **determinants de la salut mental** per augmentar la salut mental positiva, reduir les desigualtats, construir capital social i crear guanys en salut.
- Objectiu de la **prevenció dels trastorns mentals**: reducció de l'impacte de les malalties mentals, en termes d'incidència, prevalença i recurrències, anant més enllà de l'individu afectat per incloure a la seva família i a la societat.

La prevenció i promoció de la salut mental ha estat reconeguda com l'alternativa sostenible més adequada per fer front a l'enorme impacte dels trastorns mentals en les properes dècades.

Per què prevenir o promocionar?

Per què prevenir?

**Augment dels
Trastorns Mentals**



**Augment del consum
psicofàrmacs /
opioides**



**Consum de
substàncies**



**Destacat paper dels
determinants socials
en la salut (mental)**



Impacte dels trastorns mentals a la UE

Augment dels
Trastorns Mentals



- **20%** de la càrrega de la malaltia a la UE (OMS)
- **1 de cada 4** persones afectada al llarg de la vida
(World Health Organization. Mental health action plan 2013-2020. Geneva, Switzerland; World Health Organization; 2013)
- Entre **3% i 4%** del PIB de la UE d'impacte econòmic
(Green Paper, 2006)

“En els propers anys, els costos dels trastorns mentals seran superiors als del càncer, diabetis i malalties respiratòries junts” (Thomas Insel, 2011, National Institute of Mental Health in the United States)

L'impacte negatiu dels trastorns mentals incideix en tots els aspectes de la vida, tant de l'individu com de la societat.

Impacte dels trastorns mentals a CATALUNYA

Augment dels
Trastorns Mentals



- Probabilitat de patir un trastorn mental: **8,5%**
(en població de 15 i més anys. ESCA 2016- Qüestionari GHQ Golberg)
- Centres de Salut Mental d'Adults (**CSMA**) (2016):
 - ✓ **167.456 persones ateses** (2,6% s/població major d'edat)
 - ✓ **Depressió (33%)**: principal diagnòstic, per davant de l'ansietat (14%) i l'esquizofrènia (10%).
- Centres d'Atenció Primària: **1,4 milions de persones ateses** tenen un problema de salut mental (24% del total).

Consum de psicofàrmacs

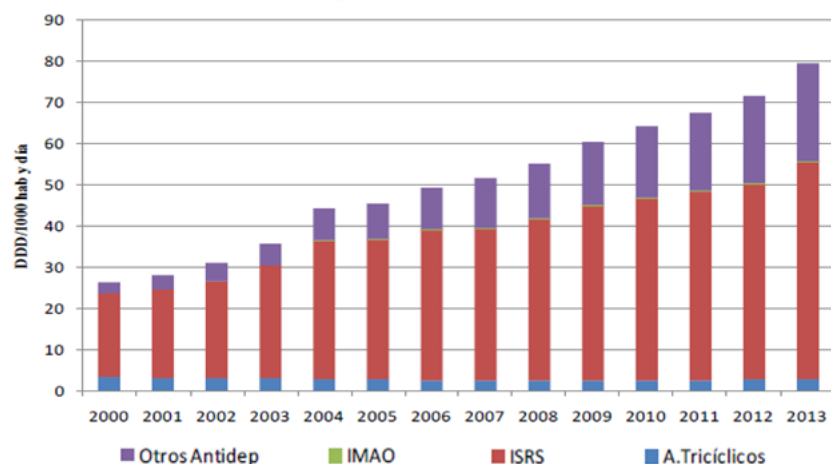
Augment del consum
psicofàrmacs /
opioides



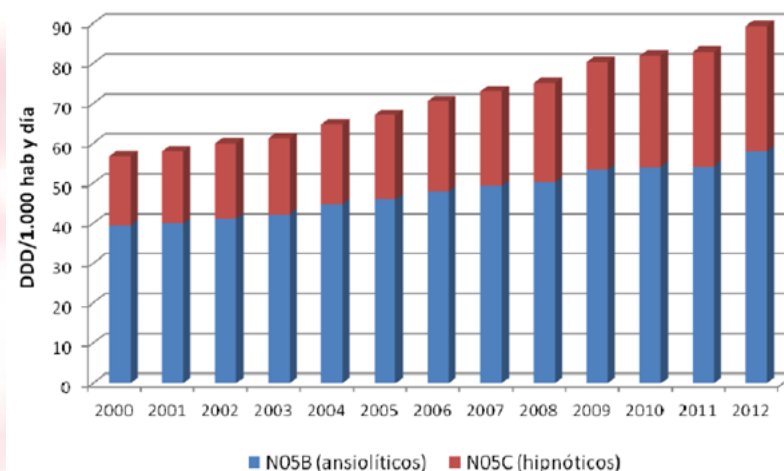
Evolució del consum d'antidepressius i ansiolítics

(expressat en Dosi Diària Definida per 1.000 habitants i dia)

CONSUM D'ANTIDEPRESSIUS



CONSUM D'ANSIOLÍTICS I HIPNÒTICS



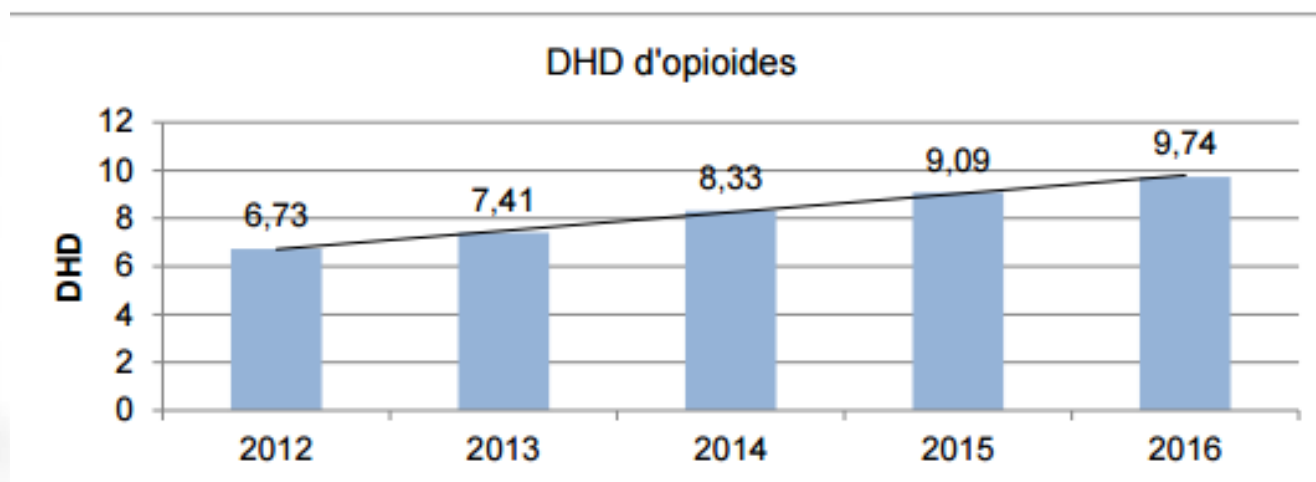
AEMiPS. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, 2015.

Consum d'opioides

Augment del consum
psicofàrmacs /
opioides



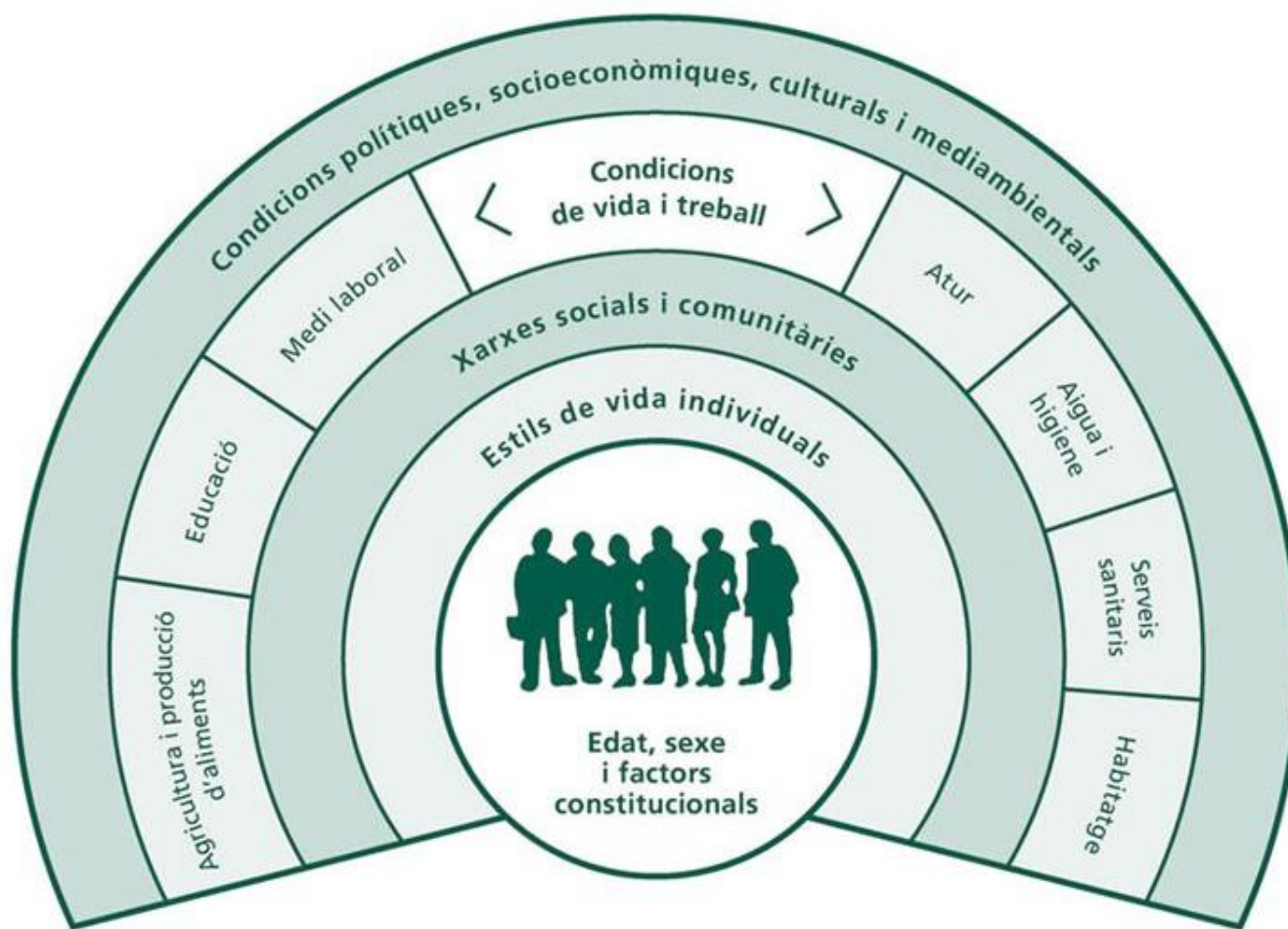
Evolució del consum d'opioides prescrits a Catalunya: (expressat en DHD= Dosi Diària Definida per 1.000 habitant i dia)



Informe d'utilització de medicaments opioides a Catalunya. Anàlisi del període 2012-2016. Àrea del Medicament. CatSalut

Determinants de salut

Destacat paper dels determinants socials en la salut (mental)



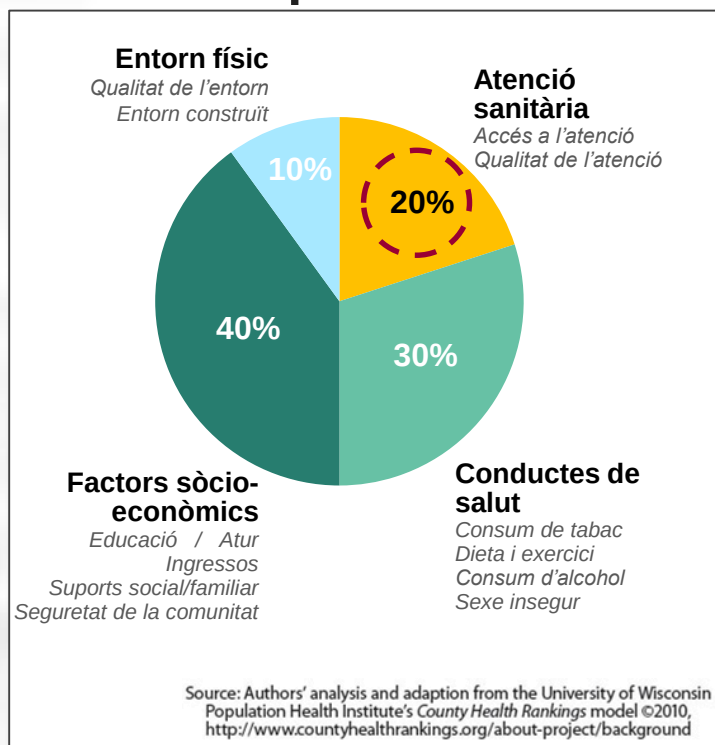
Referència: Adaptat per l'ASPB de Dahlgren G., Whitehead M, 1991

Determinants socials de la salut

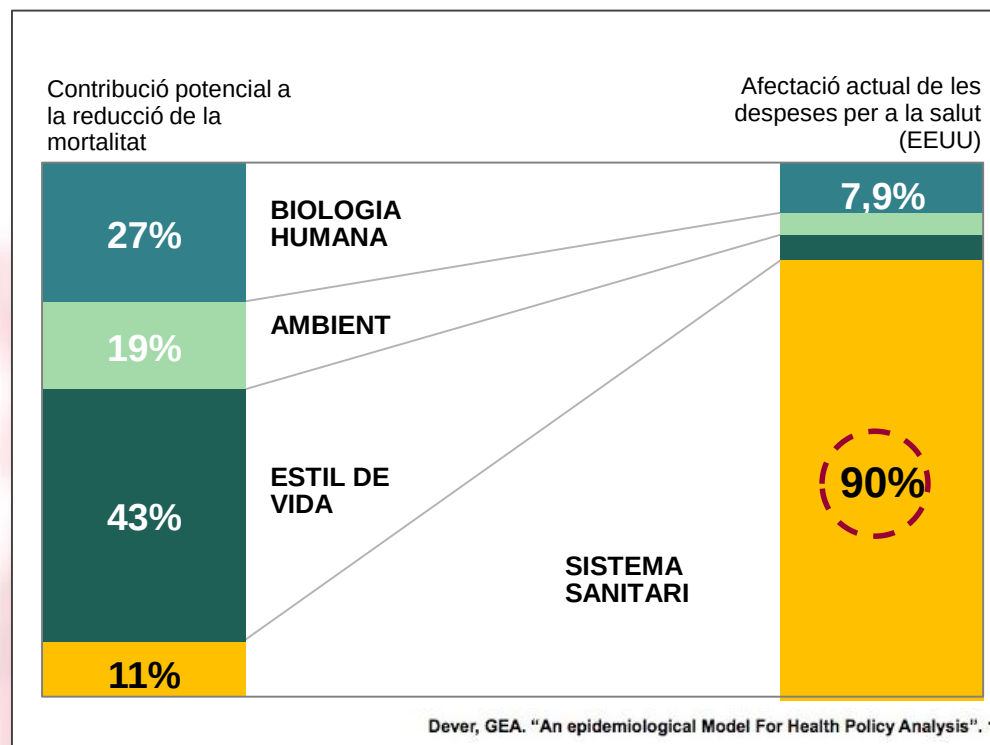
Destacat paper dels determinants socials en la salut (mental)



Salut de la població



Determinants de la salut



El 80% dels determinants de la salut es troben fora del sistema sanitari ... en canvi ...

... el 90% dels recursos s'inverteixen en el sistema sanitari

Consum de substàncies

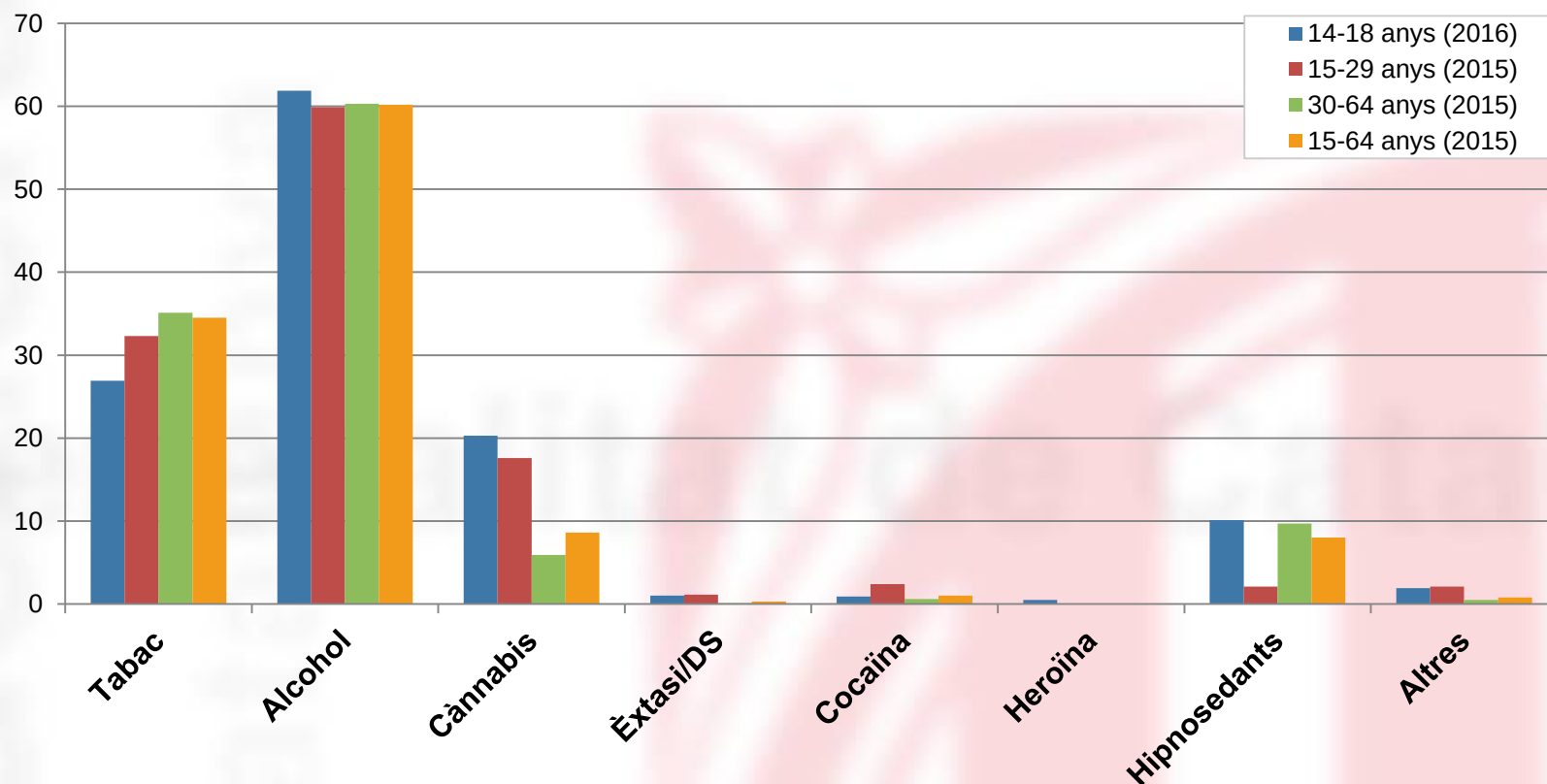
Consum de
substàncies



Prevalença de consum a Catalunya

Desagregat per grups d'edat, 2015/16

- Alguna vegada els darrers 30 dies (%)



Consum de substàncies

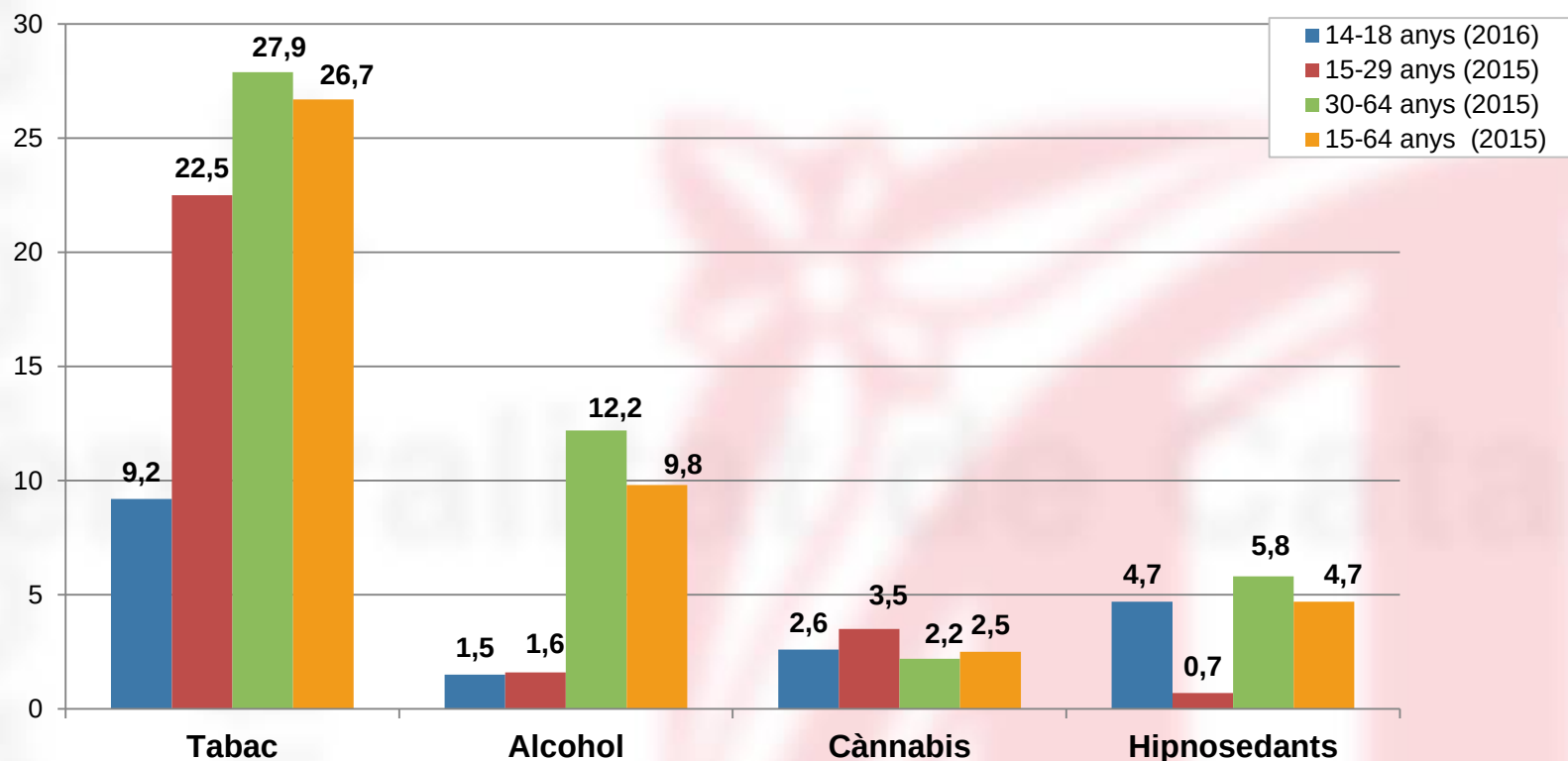
Consum de
substàncies



Prevalença de consum a Catalunya

Desagregat per grups d'edat, 2015/16

- **Consum diari en els últims 30 dies (%)**



Consum de substàncies

Consum de
substàncies



“Binge drinking”: Prevalença i evolució

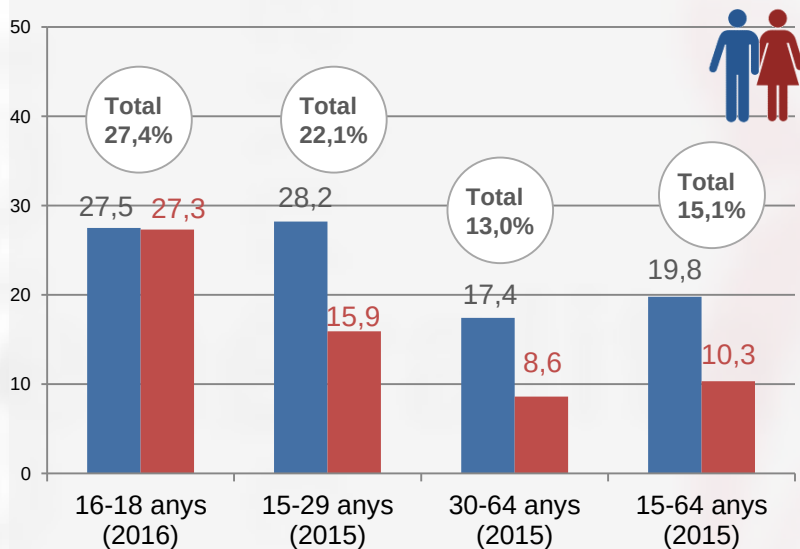
Catalunya

BINGE DRINKING:

Ingesta de **5 begudes alcohòliques o més**, en el cas dels homes, i de **4 en el cas de les dones**, en la mateixa ocasió (s'entén per consumir en la mateixa ocasió prendre-les d'una manera seguida o en un interval aproximat de dues hores).

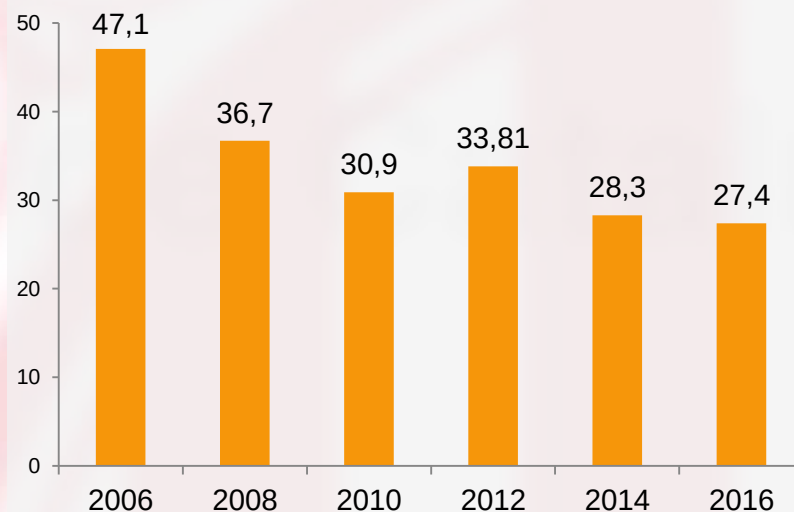
Alguna vegada els darrers 30 dies

Desagregat per grups d'edat (%)



Alguna vegada els darrers 30 dies

Evolució 14-18 anys (%)



Consum de substàncies

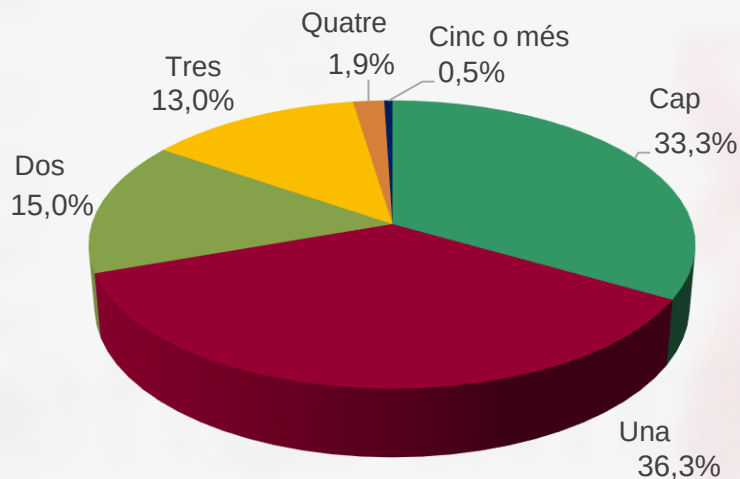
Consum de
substàncies



Policonsum i “Binge drinking”

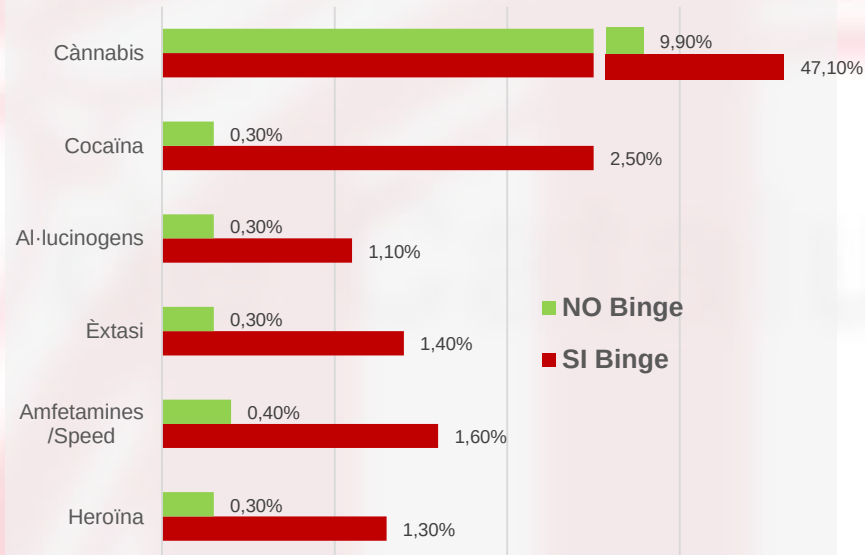
Catalunya, 2016

% de consumidors segons el **NÚMERO DE DROGUES CONSUMIDES** (tabac, alcohol, hipnosedants i drogues il·legals), darrers 30 dies



El consum d'alcohol, sobretot si és de tipus intensiu (*Binge Drinking*, borratxeres), s'associa amb una major prevalença de consum d'altres drogues. El 30% consumeix més d'una substància.

% de consumidors de diferents drogues segons **SI FAN O NO BINGE DRINKING**, darrers 30 dies



Consum de substàncies

Consum de
substàncies



Borratxeres: Prevalença i evolució

Catalunya

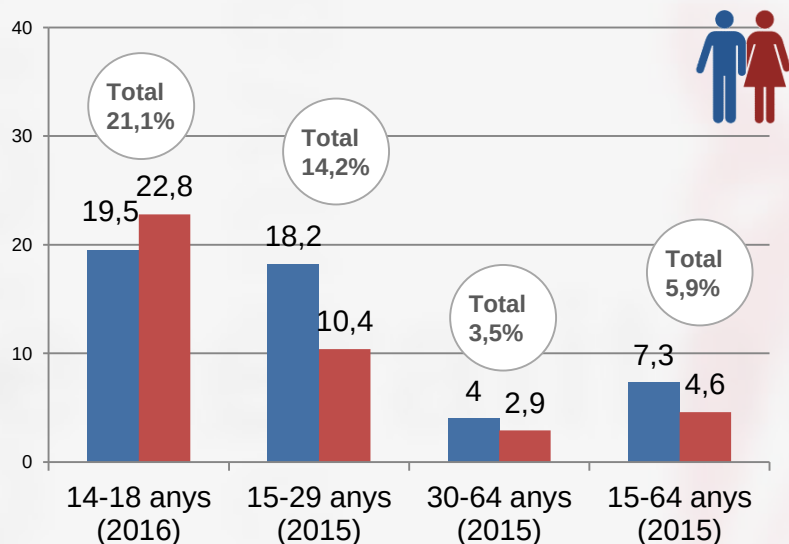
BORRATXERA:

Intoxicació etílica o consum intensiu d'alcohol autoreportada pel propi enquestat.

Edat inici borratxeres (2016): 14,6 anys

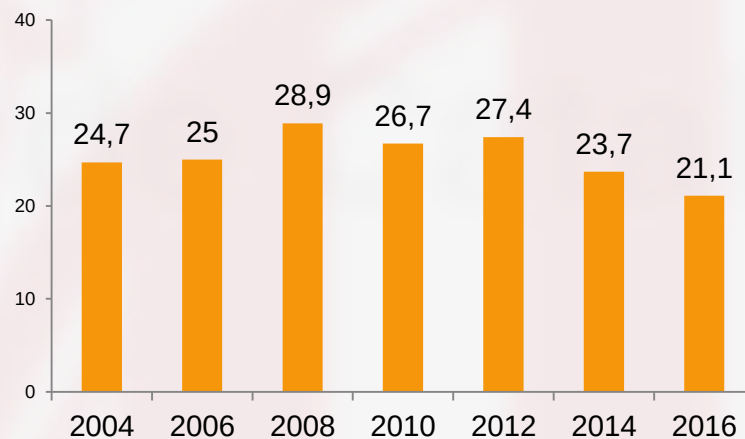
Alguna vegada els darrers 30 dies

Desagregat per grups d'edat (%)



Alguna vegada els darrers 30 dies

Evolució 14-18 anys (%)



Consum de substàncies

Consum de
substàncies



Consum de risc d'alcohol



LÍMITS DEL CONSUM DE RISC

	UBE al dia	UBE a la setmana	UBE per ocasió
Homes	màx. 4	màx. 28	màx. 6
Dones	màx. 2	màx. 17	màx. 5

Qualsevol consum en:

- embarassades o en període de lactància
- menors de 16 anys
- persones que prenen medicació
- en situacions i professions de risc (conduir...)

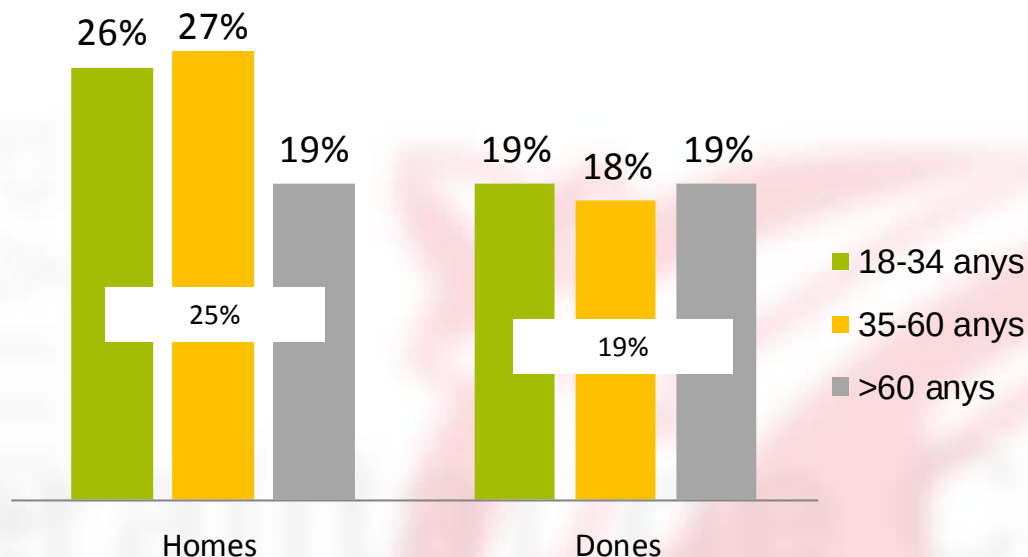
Consum de substàncies

Consum de
substàncies

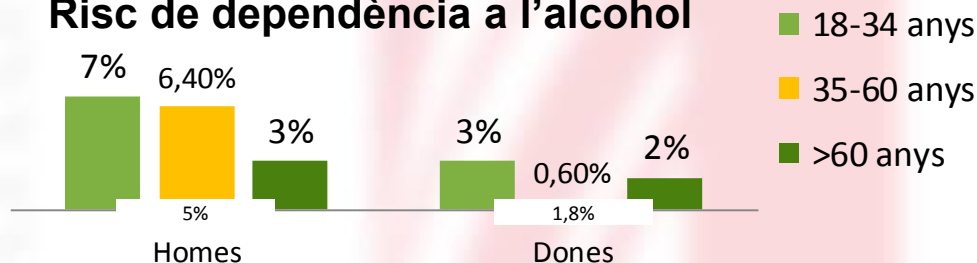


Consum de risc d'alcohol a Catalunya

Consum de risc d'alcohol



Risc de dependència a l'alcohol



Consum de substàncies

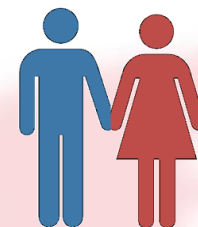
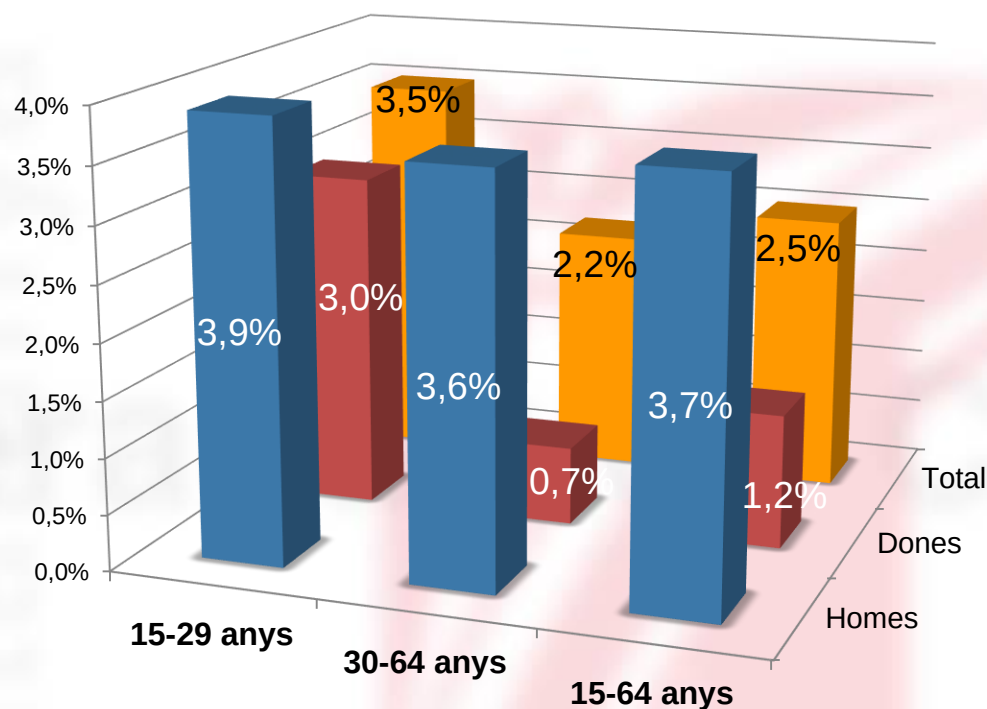
Consum de
substàncies



Prevalença consum de risc de cànnabis

Comparativa diferents franges d'edat, a Catalunya (%), 2015

Consum diari o quasi diari (20 dies o més durant els últims 30 dies, segons l'EMCDDA).



■ Total

Consum de substàncies

Consum de
substàncies

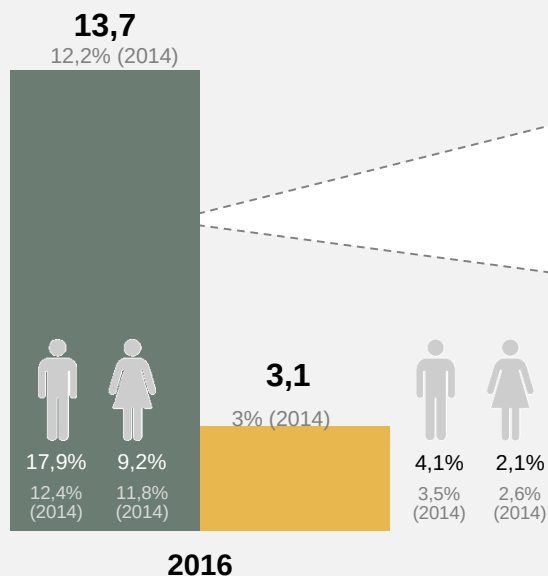


Evolució de la prevalença de consumidors/es de risc de cànnabis. Estudiants 14-18 anys (%), a Catalunya (%), 2015

% Consumidors de risc* de cànnabis
(entre els que han consumit en l'últim any)

* 4 o més punts en **CAST***

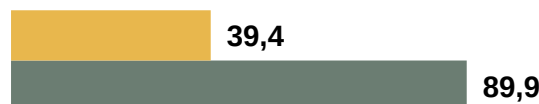
* Cannabis Abuse Screening test. 6 preguntes, 5 opcions de resposta. Puntuació de 0 a 6.



■ % entre estudiants 14-18 anys que han consumit cànnabis en els últims 12 mesos

■ % entre total estudiants 14-18 anys

Borratxeres en
últims 12 mesos



Borratxeres en
últims 30 dies



Binge Drinking en
últims 30 dies



4,8 porros/dia

Consum de substàncies

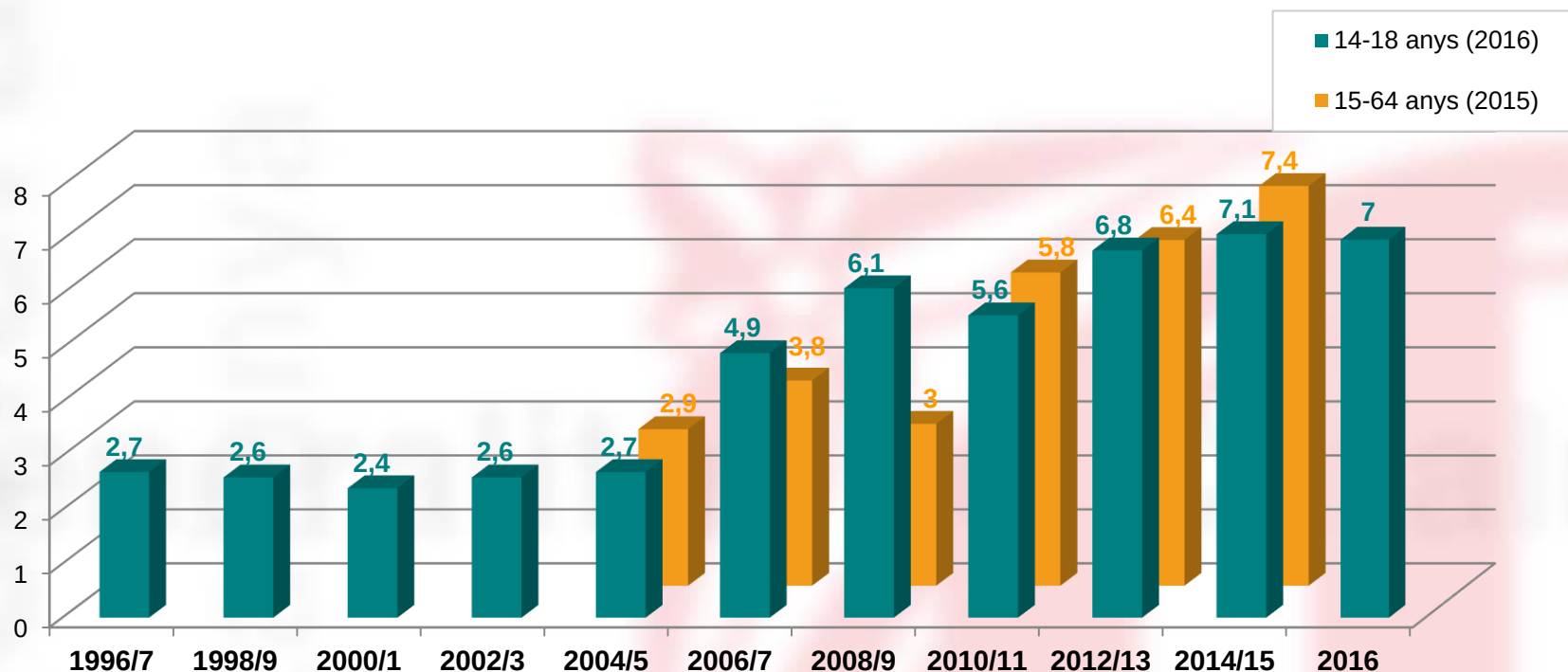
Consum de
substàncies



Evolució prevalença de consum d'hipnosedants

Comparativa 14-18 i 15-64 anys a Catalunya (%), 2015/2016

- Alguna vegada en els darrers 30 dies (amb o sense recepta)



Consum de substàncies

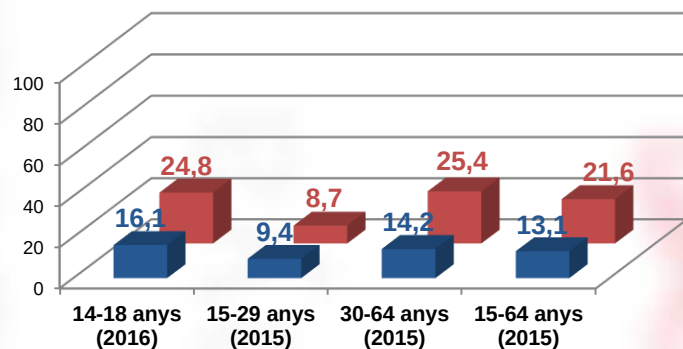
Consum de
substàncies



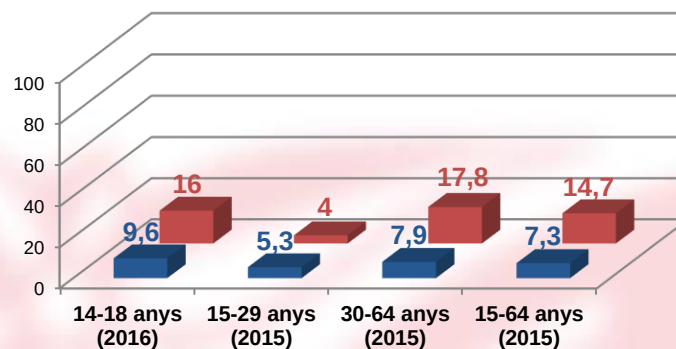
Prevalença de consum d'hipnosedants per sexe

Comparativa 14-18, 15-29, 30-64 i 15-64 anys a Catalunya (%), 2015/2016

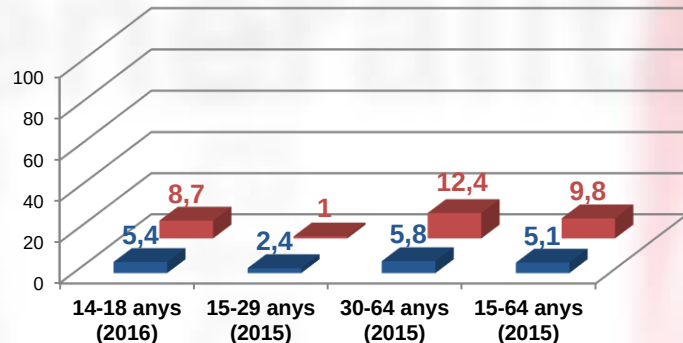
- Alguna vegada a la vida



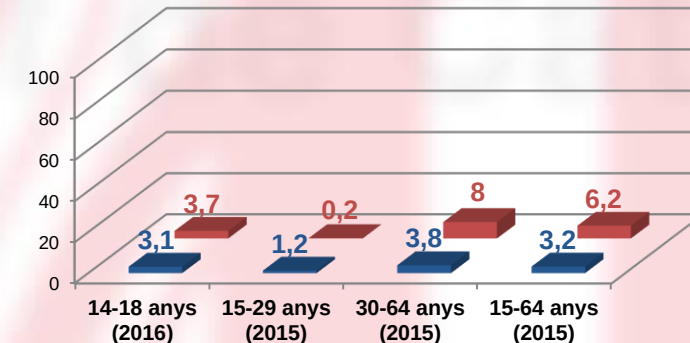
- Alguna vegada en els darrers 12 mesos



- Alguna vegada els darrers 30 dies



- Consum diari (en les darrers 30 dies)



Consum de substàncies

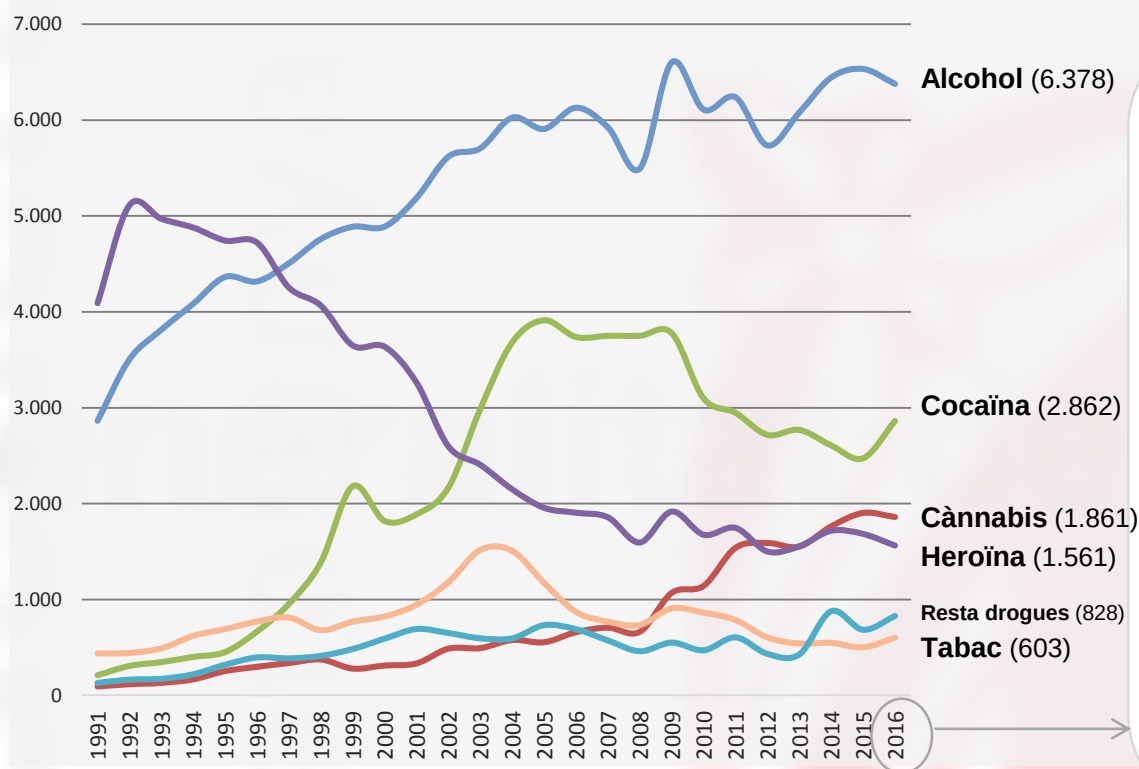
Consum de
substàncies



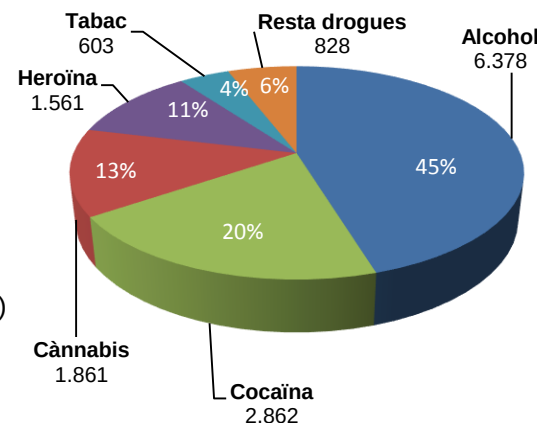
Inicis de tractament

Catalunya, 2016

Evolució anual del nombre de casos notificat, segons droga principal que motiva el tractament.



Total casos 2016:
14.093



L'alcohol és la principal droga d'inici de tractament, seguit de la cocaïna i el cànnabis

Antecedents

Antecedents

OMS, Declaració de Helsinki (Gener 2005)

La salut mental passa ser una qüestió prioritària a la Unió Europea.

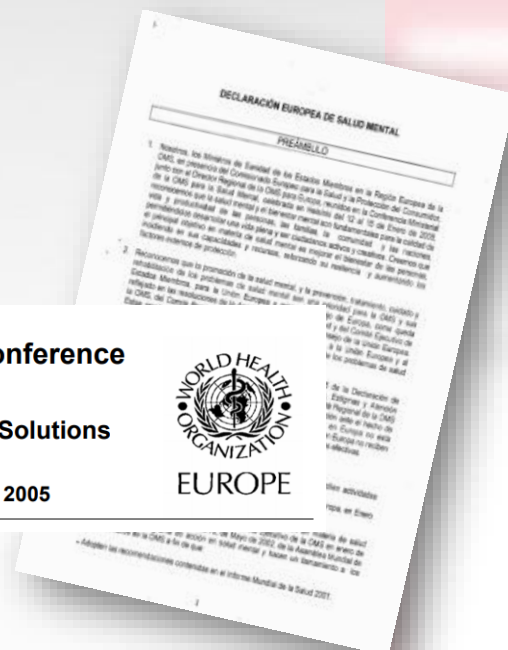
La salut mental ha d'enfocar-se de manera integral, incloent: promoció, prevenció, tractament i rehabilitació.



**WHO European Ministerial Conference
on Mental Health**

Facing the Challenges, Building Solutions

Helsinki, Finland, 12–15 January 2005



Antecedents

CE, Llibre Verd en Salut Mental (Octubre 2005):

Estratègia de la UE en matèria de salut mental

Prioritza intervencions en: promoció del benestar, prevenció dels trastorns mentals, foment de la inclusió social i millora dels sistemes d'informació.



Participació internacional

IMHPA II

2005 – 2008



European Network for Mental Health Promotion and Mental Disorder Prevention

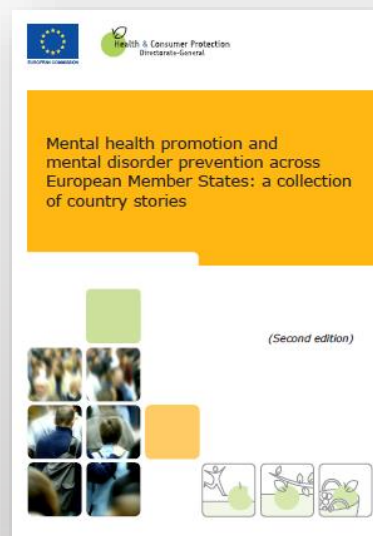
Segona Xarxa Europa per la promoció de salut mental i prevenció de trastorns mentals

, formada per experts col·laboradors procedents de 30 països europeus i 7 xarxes internacionals i ONGs.

Líders del projecte i equip de coordinació:

- OMS/UE/IMHPA
- Generalitat de Catalunya.
S.G.Drogodependències

OBJECTIU: Promoure el desenvolupament i la implantació d'activitats de promoció de la salut mental (PSM) i prevenció dels trastorns mentals (PTM) a Europa.



Informe “Country Stories”

Visió general de l'estat de la PSM i la PTM a 30 països europeus



“PSM i PTM: una política per a Europa”

Destaca la importància de desenvolupar i implantar plans d'acció integrals en promoció i prevenció de la salut mental

Participació internacional

IMHPA II

2005 - 2008



European Network for Mental Health Promotion and Mental Disorder Prevention

2007: Conferència Europea a Barcelona



381 professionals de múltiples sectors i més de 35 països.

Pilars de la conferència:

- **Prevenió de depressió i suïcidi**
- **Promoció de SM de nens i adolescents**
- **Desenvolupament de polítiques públiques**
- **Suport per la implementació**
- **Inclusió social i apoderament**
- **Actors (stakeholders) i àmbits**

Altres documents

- **BBDD programes, intervencions i polítiques Europeus en PSM i PTM**
- **BBDD d'infraestructures en PSM i PTM per països (HP-Source)**
- **Manual de formació per a la prevenció de depressió en l'atenció primària**



Participació internacional

MHEEN II

2005-2008

Mental Health Economics European Network

Xarxa Europea d'estudis econòmics en Salut Mental

Objectiu: identificar i recollir dades sobre algunes de les dimensions econòmiques clau rellevants per a la salut mental

Producte en col·laboració amb IMHPA:

- Revisió sistemàtica d'estudis econòmics en prevenció i promoció de salut mental

CAMHEE

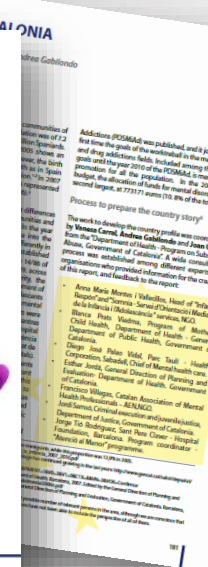
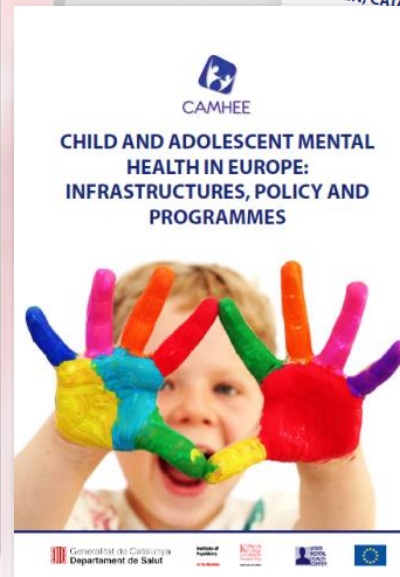
2007-2011

Child and Adolescent Mental Health in an Enlarged Europe

Salut mental de nens i adolescents en una Europa ampliada

Objectiu: Identificar i promoure el desenvolupament de polítiques i pràctiques efectives en el àmbit de salut mental dels nens i adolescents a la UE.

SDG: líder de la línia de treball central del projecte.



- **'CAMHEE Country profiles':** Visió general de les polítiques i pràctiques de SM infantil en 15 països/regions d'Europa (basats en un qüestionari comú).
- **Capítol Català:** Recopilació i anàlisi de les dades a Catalunya (i coordinació de revisors experts)

Participació internacional

DATAPREV

2007 - 2011



Expanding the Evidence base for MHP/MDP across the lifespan in Europe

Desenvolupament de programes i directrius amb evidència per a la promoció de la salut mental i prevenció dels trastorns mentals, coordinat per

Radboud University of Nijmegen(NL) i la SDG

OBJECTIU: Desenvolupar un sistema d'informació estandarditzat en línia (base de dades) que reuneixi, descrigui, revisi i avaluï els millors programes en diferents àmbits.

- **Edició especial de la revista *Health Promotion International* - 5 revisions sistemàtiques de DataPrev:**

- 1- Progr. domiciliaris i comunitaris de suport a pares i mares.
- 2- Progr. escolars adreçats a infants i adolescents.
- 3- Progr. per a la promoció de la salut mental en l'àmbit laboral.
- 4- Progr. adreçats a prevenció de trastorns mentals per la gent gran.
- 5- Progr. identificats al llarg de la vida.

- **Conferència Europea.**

La Haia (NL) "European Debate on Evidence-based Mental Health Promotion and Prevention of Mental Disorders", Febrer 2011. 150 professionals invitats.

- **Manual i materials de curs de formació** en les àrees de treball de DataPrev.



Participació internacional

MH-BASIS

2007 - 2008

The European Pact for
Mental Health and Well-being



Technical secretariat for the launch of the European Pact for Mental Health and Well-being

La SDG va guanyar un contracte de licitació de la CE pel treball de Secretariat tècnic pel llançament del Pacte Europeu per a la Salut Mental i el Benestar.

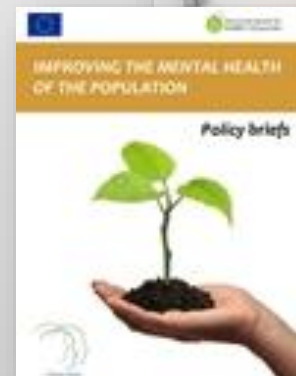
▪ 'Consensus papers'

Documents tècnics consensuats amb experts europeus sobre 4 temes i accions claus per la salut mental:

- *Prevenició de depressió i suïcidi*
- *Joves i educació*
- *Àmbit laboral*
- *Gent gran*



- Preparacions tècniques i científics per la **conferència ministerial i la pre-conferència científica** "Together for Mental Health and Well-Being", Brussel·les, juny 2008
- **Paper científic: Countering the stigmatization discrimination of people with mental health problems in Europe** (Contra la estigmatització i discriminació de persones amb problemes de salut mental)
- 'Policy briefs' (informes de polítiques públiques)



Participació internacional

IMPACT

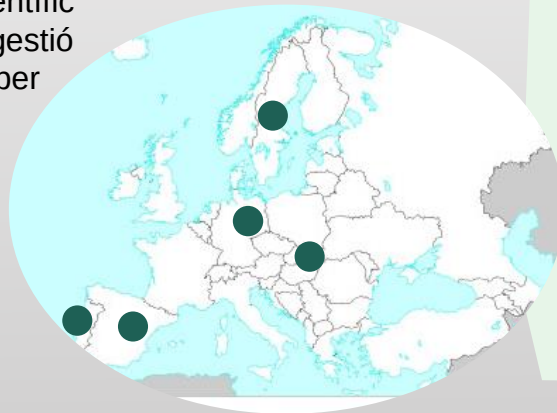
2009 - 2011

Technical secretariat for the implementation phase of the European Pact for Mental Health and Well-being

Secretariat tècnic per la fase de implementació del Pacte Europeu per a la salut mental i el benestar.

Contracte de licitació de la CE, coordinat pel SDG, per desenvolupar processos i materials preparatoris, i suport la organització de conferències per promoure la **implementació del Pacte Europeu**.

- Suport tècnic i científic (documentació i gestió dels programes) per **5 conferències temàtiques internacionals**:



- **Setembre 2009, Estocolm**
→ Conferència per a la promoció de la **salut i el benestar dels infants i adolescents** (esdeveniment de la Presidència Sueca de la UE)
- **Desembre 2009, Budapest**
→ Conferència per la **prevenció del suïcidi i la depressió** (Ministeri de Salut d'Hongria)
- **Juny 2010, Madrid**
→ Conferència per a la **promoció de la salut mental en la gent gran** (esdeveniment de la Presidència Espanyola de la UE)
- **Novembre 2010, Lisboa**
→ Conferència per a la **promoció de la inclusió social i la lluita contra l'estigmatització** per a una millor salut i benestar (Ministeri de Salut de Portugal).
- **Març 2011, Berlin**
→ Conferència per a la **salut mental en l'entorn laboral** (Ministeri Federal de Treball i Afers Socials i Ministeri de Salut d'Alemanya).



Marc estratègic



Pla de Salut de Catalunya 2016-2020



Pla Interdepartamental de Salut Pública (PINSAP)



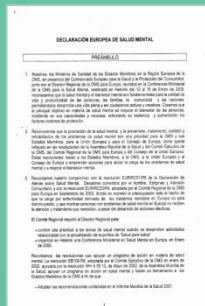
Estratègies 2017-20. Pla Director de Salut Mental i Addiccions



Pla integral d'atenció a les persones amb trastorn mental i addiccions 2017-20



Estratègia Nacional d'Atenció Primària i Salut Comunitària (ENAPISC)



Declaració Europea de Salut Mental, Helsinki 2005



Mental Health Action Plan 2013-20



The European Mental Health Action Plan 2013-20

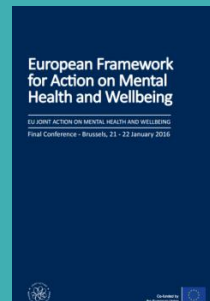
ESTRATÈGIA DE PROMOCIÓ DE LA SALUT MENTAL I PREVENCIÓ DELS TRASTORNS



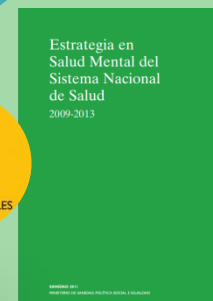
Llibre verd de la salut mental a Europa 2005



Pacte europeu per la salut mental i el benestar 2008



Marc Europeu d'actuació sobre Salut Mental i Benestar 2016



Estrategia de Salud Mental del Sistema Nacional de Salud 2009-13

PINSAP 2017-2020

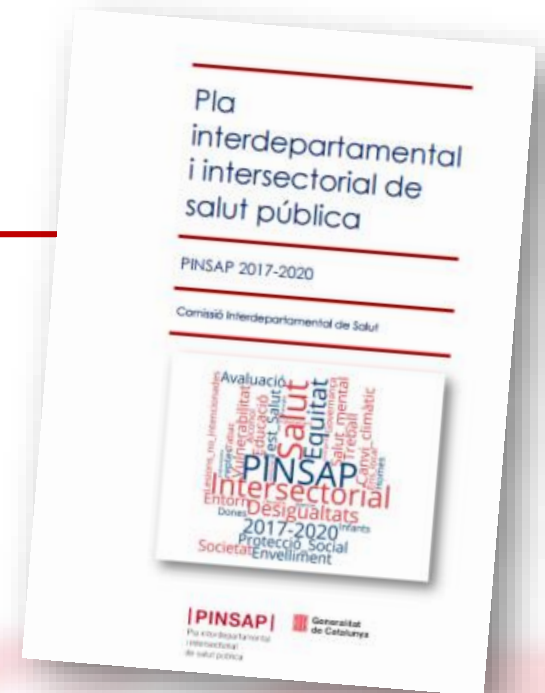
Parteix de la importància dels determinants social per explicar la salut de la població.

L'objectiu estratègic general és la incorporació de la **Salut en totes les polítiques** (STP)

Un dels objectius instrumentals és **potenciar un enfocament salutogènic**, apoderant a les persones i les comunitats, potenciant la generació de salut a través dels recursos i actius comunitaris.

2 de les 9 Àrees prioritàries del PINSAP són:

- **Salut mental /benestar emocional**
- **Els problemes relacionats amb el consum d'alcohol i altres drogues.**



Continuació projectes
(horitzó 2020)
en marxa:

**Prescripció
social**

FitJove

Programes i projectes:

- Prevenció i promoció de la SM
 - Addiccions
-

OMS, The European Mental Health Action Plan

Objectiu n°1

Posar la **salut mental positiva com una fita** en la vida de les persones i realitzar les accions adequades per **prevenir els trastorns mentals** en especial en els grups més vulnerables.



ACCIONS plantejades:

- 1 La qualitat en l'atenció primària per millorar la promoció de la salut mental, la prevenció i la detecció primerenca dels trastorns mentals i de suport psicològic de baix perfil**
- 2 Acordar i implementar mitjans per mesurar el benestar i els determinants del benestar (a més de les mesures de trastorn mental) durant tot el cicle de vida
- 3 Augmentar la conscienciació del benestar mental i els factors que li donen suport, sobre estils de vida, en la família, a la feina, a les escoles i llars d'infants, en la comunitat i en la societat en general
- 4 Un major suport a les necessitats de salut mental a l'atenció prenatal i postnatal, incloent la detecció de la violència domèstica i l'abús de l'alcohol
- 5 Augment de la tornada a la feina de les persones amb problemes de salut mental
- 6 La reducció de les taxes de suïcidi entre la població general i en els subgrups relacionats amb l'edat, el sexe, l'ètnia i altres grups vulnerables

Programes i projectes de PPSM

1

La qualitat en l'atenció primària per millorar la promoció de la salut mental, la prevenció i la detecció primerenca dels trastorns mentals i de suport psicològic de baix perfil.

Programa prescripció social i salut (PrSiS)

La prescripció social és un mecanisme a través del qual un professional sanitari i un pacient identifiquen junts el tipus d'activitats que poden ser beneficioses per afrontar un determinat problema de salut.

Dirigida a pacients amb:

- Síntomes lleus o moderats de malaltia mental
- Malalties mentals cròniques
- Risc d'aïllament social
- Factors de risc psicosocial, sobretot aquells que no requereixen o no volen participar en tractaments farmacèutics o en psicoteràpia.



* More than medicine: New services for people powered health. Innovation Unit and Nesta
2013.www.innovationunit.org. http://www.nesta.org.uk/sites/default/files/more_than_medicine.pdf

Programes i projectes de PPSM

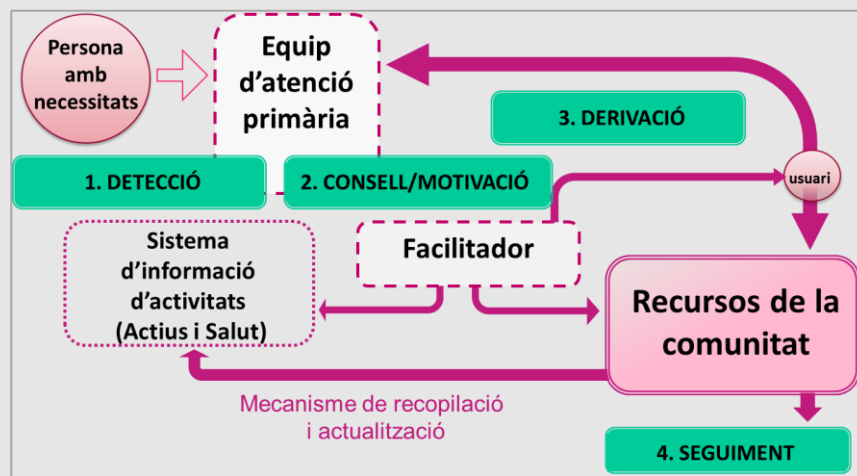
1

La qualitat en l'atenció primària per millorar la promoció de la salut mental, la prevenció i la detecció primerenca dels trastorns mentals i de suport psicològic de baix perfil.

Programa prescripció social i salut (PrSiS)

Objectius

- Reduir l'aïllament social.
- Promoure hàbits saludables.
- Millorar la **salut (mental) positiva** i millorar la **qualitat de vida**.
- Millorar l'**autoestima**, l'**estat d'ànim**, la **confiança** i l'**autoeficàcia**.
- Reduir la prescripció inadequada de psicofàrmacs (**no medicalització dels malestars quotidians**).
- Tenir en compte el **context socioeconòmic** dels pacients.
- **Recolzament social** dels pacients. Augmentar la seva participació en activitats de la comunitat.
- **Reduir la hiper-freqüentació** a l'atenció primària (+ 12 visites l'any a l'AP).



- **105 equips d'AP** formats (344 professionals)
- **83 centres d'AP** han fet **prescripció social** durant l'últim any

- Pineda de Mar
- Montcada i Reixac
- Tarragona
- Sabadell Sud
- Masnou-Ocata-Teià-
- Alella
- Sta. Coloma Gram.

Programes i projectes de PPSM

1

La qualitat en l'atenció primària per millorar la promoció de la salut mental, la prevenció i la detecció primerenca dels trastorns mentals i de suport psicològic de baix perfil.

Programa Beveu Menys

Programa d'identificació precoç i intervenció breu dels Trastorns per Consum d'Alcohol (TCA), amb una mirada especial a la comorbiditat mental i orgànica associada (depressió, ansietat, hipertensió, etc.)

Objectiu: reduir el consum de risc d'alcohol i els problemes associats

- 7.200 professionals formats. 700 referents d'AP i CAS
- 95% d'implementació a AP (n=379 ABS).
- 581 professionals referents de l'AP a Catalunya
- 87 professionals referents de CAS a Catalunya
- 66% centres formats (248 ABS).

[Programa Beveu Menys]



- Detecció precoç dels TCA
- Disminuir el doble "Gap"
- Disminuir el temps d'evolució i prevenir la cronificació de les malalties relacionades
- Millora de la salut mental i de la salut física

Programes i projectes de PPSM

1

La qualitat en l'atenció primària per millorar la promoció de la salut mental, la prevenció i la detecció primerenca dels trastorns mentals i de suport psicològic de baix perfil.

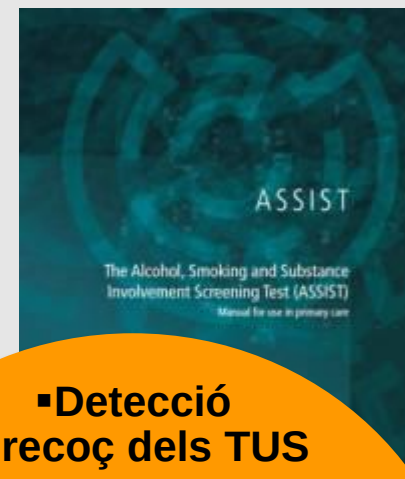
Programa ASSIST

Programa d'identificació precoç i intervenció breu en el consum de risc de substàncies (ASSIST).

Objectiu principal: Augmentar la detecció precoç i la intervenció breu en el consum de risc de substàncies en l'Atenció primària de salut.

Accions:

- Sensibilització dels professionals i dels pacients
- Recerca sobre la seva efectivitat
- Elaboració de materials de suport
- Formació a professionals
- Protocol implementació a Catalunya del Programa Drogues i Atenció Primària (2018-2020)



▪ **Detecció precoç dels TUS**

▪ **Disminuir el doble “Gap”**

▪ **Disminuir el temps d'evolució i prevenir la cronificació de les malalties relacionades**

▪ **Millora de la salut mental i de la salut física**

OMS, The European Mental Health Action Plan



ACCIONS plantejades:

1

La qualitat en l'atenció primària per millorar la promoció de la salut mental, la prevenció i la detecció primerenca dels trastorns mentals i de suport psicològic de baix perfil

2

Acordar i implementar mitjans per mesurar el benestar i els determinants del benestar (a més de les mesures de trastorn mental) durant tot el cicle de vida

3

Augmentar la conscienciació del benestar mental i els factors que li donen suport, sobre estils de vida, en la família, a la feina, a les escoles i llars d'infants, en la comunitat i en la societat en general

4

Un major suport a les necessitats de salut mental a l'atenció prenatal i postnatal, incloent la detecció de la violència domèstica i l'abús de l'alcohol

5

Augment de la tornada a la feina de les persones amb problemes de salut mental

6

La reducció de les taxes de suïcidi entre la població general i en els subgrups relacionats amb l'edat, el sexe, l'ètnia i altres grups vulnerables

Programes i projectes de PPSM

2

Acordar i implementar mitjans per mesurar el benestar i els determinants del benestar (a més de les mesures de trastorn mental) durant tot el cicle de vida.

Escala de benestar emocional SWEMWBS

(Short Warwick-Edinburgh Mental Wellbeing Scale)

Qüestionari elaborat l'any 2006 per la NHS HealthScotland, University of Warwick i University of Edinburgh.

La salut mental positiva té relació amb molts indicadors de qualitat de vida i permet entendre el benestar fins i tot en etapes de la vida en què estan molt presents l'efecte dels símptomes o les malalties cròniques.

- L'escala inicial constava de 14 preguntes sobre sentiments i pensaments durant les darreres dues setmanes. El 2017 es va fer la seva versió curta, de 7 preguntes: la **SWEMWBS** (Short WEMWBS).
- L'objectiu principal és avaluació de la salut mental positiva de la població de Catalunya i la comparació entre diferents onades

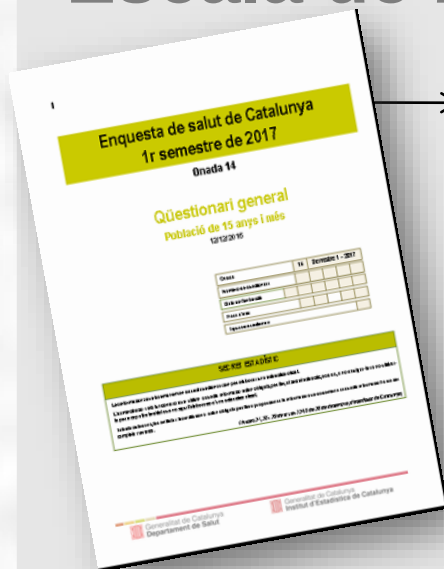


Programes i projectes de PPSM

2

Acordar i implementar mitjans per mesurar el benestar i els determinants del benestar (a més de les mesures de trastorn mental) durant tot el cicle de vida.

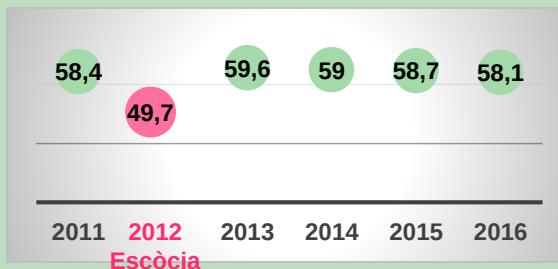
Escala de benestar emocional SWEMWBS



Benestar mental							
Per a totes les persones entrevistades							
BP1. A continuació li llegiré algunes afirmacions sobre sentiments i pensaments. Per cada afirmació, digui'ns la resposta que descriu millor com s'ha sentit vostè en les darreres 2 setmanes. Mostreu la targeta BP1 amb les categories de resposta 1 a 5.							
	1. Mai	2. Molt poques vegades	3. Algunes vegades	4. Sovint	5. Sempre	8. NS	9. NC
2. S'ha sentit útil	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
3. S'ha sentit relaxat/ada	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
5. Ha tingut energia de sobres	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
6. Ha afrontat bé els problemes	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
8. S'ha sentit bé amb vostè mateix/a	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
10. S'ha sentit segur/a (amb confiança)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
14. S'ha sentit alegre	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Dades ESCA (Escala de 14 preguntes => puntuació entre 14 i 70)

- Nivell mitjà de benestar mental de la població catalana 2016 = 58,1 punts.
- Pitjors valors entre Dones, Persones grans, Classes socials menys afavorides, Persones amb estudis primaris o sense estudis.



OMS, The European Mental Health Action Plan



ACCIONS plantejades:

- 1 La qualitat en l'atenció primària per millorar la promoció de la salut mental, la prevenció i la detecció primerenca dels trastorns mentals i de suport psicològic de baix perfil
- 2 Acordar i implementar mitjans per mesurar el benestar i els determinants del benestar (a més de les mesures de trastorn mental) durant tot el cicle de vida
- 3 Augmentar la conscienciació del benestar mental i els factors que li donen suport, sobre estils de vida, en la família, a la feina, a les escoles i llars d'infants, en la comunitat i en la societat en general.**
- 4 Un major suport a les necessitats de salut mental a l'atenció prenatal i postnatal, incloent la detecció de la violència domèstica i l'abús de l'alcohol
- 5 Augment de la tornada a la feina de les persones amb problemes de salut mental
- 6 La reducció de les taxes de suïcidi entre la població general i en els subgrups relacionats amb l'edat, el sexe, l'ètnia i altres grups vulnerables

Programes i projectes de PPSM

3

Augmentar la conscienciació del benestar mental i els factors que li donen suport, sobre estils de vida, en la família, a la feina, a les escoles i llars d'infants, en la comunitat i en la societat en general

Cartera de serveis de la SGD

Àmbit Familiar



Àmbit Laboral



Àmbit Educatiu

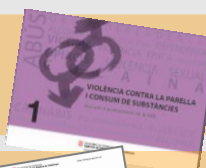


En plenes facultats

Àmbit Oci i lleure



Àmbit Serveis de la salut



Programa prescripció social i salut (PrSiS)

Àmbit Comunitari



a primera línia



Programes i projectes de PPSM

3

Augmentar la conscienciació del benestar mental i els factors que li donen suport, sobre estils de vida, en la **família**, a la feina, a les escoles i llars d'infants, en la comunitat i en la societat en general

Connecta amb els teus fills i filles

Àmbit Familiar

Àmbit Laboral

Àmbit Educatiu

Àmbit Oci i lleure

Àmbit Serveis de la salut

Àmbit Comunitari

Programa de prevenció per a pares i mares que ajuda a **resoldre dubtes, pors i inseguretats en la tasca de connectar amb els seus fills/es** i al voltant de temes relacionats amb els **estils de vida** (sortides nocturnes, gestió dels diners, relació amb els amics i les amigues dels fills) i la **prevenció i gestió de les conductes de risc** (consum de drogues, conducció temerària, relacions sexuals poc segures, etc.).

• Tallers per a pares i mares / materials

- 18 cursos a les escoles
- Més de 500 tallers realitzats.
- Prop de 18.000 assistents (75% mares, 25% pares)

CONNECTA
AMB ELS
TEUS FILLS I FILLES



- **Apoderament de les famílies.** Promoció del benestar emocional dels pares/mares.
- **Parentalitat positiva:** comunicació, modelatge, establiment de límits i normes, informació.
- **Atenció a la diversitat cultural de la comunitat educativa**

Programes i projectes de PPSM

3

Augmentar la conscienciació del benestar mental i els factors que li donen suport, sobre estils de vida, en la **família**, a la feina, a les escoles i llars d'infants, en la comunitat i en la societat en general

Programa Límits i 8 Equilibris

Àmbit Familiar

Àmbit Laboral

Àmbit Educatiu

Àmbit Oci i lleure

Àmbit Serveis de la salut

Àmbit Comunitari

Programa Límits: Intervenció preventiva selectiva amb grups de famílies de joves que passen pel circuit de la **justícia juvenil**, amb l'objectiu de potenciar la funció educativa de les famílies d'aquests menors i joves, per evitar o limitar l'ús de drogues i la reincidència en la transgressió a les normes.

8 equilibris: Amb el subtítol “**Pares i mares que consumeixen alcohol i altres drogues**”, està encarat a un perfil de consumidors no problemàtics de drogues per tal de reflexionar sobre el seu consum i el fet d'esdevenir pares i mares.



Reforçament d'habilitat familiars per reestructurar vincles amb els joves infractors.



Gestió de riscos: impacte del propi consum en els fills/es.

Programes i projectes de PPSM

3

Augmentar la conscienciació del benestar mental i els factors que li donen suport, sobre estils de vida, en la **família**, a la feina, a les escoles i llars d'infants, en la comunitat i en la societat en general

Guia: la salut i el benestar dels professionals sanitaris a l'entorn laboral

Àmbit Familiar

Àmbit Laboral

Àmbit Educatiu

Àmbit Oci i lleure

Àmbit Serveis de la salut

Àmbit Comunitari

“La salut i el benestar dels professionals sanitaris a l'entorn laboral. Guia de bones pràctiques per a institucions, equips i professionals”.

Objectiu: Facilitar la incorporació de bones pràctiques a les institucions sanitàries que ho desitgin, adreçades a la **millora del benestar dels professionals a l'entorn sanitari**.

- Analitzar els factors que influeixen en el benestar psicològic de la feina del personal de l'àmbit sanitari
- Fer pedagogia de la importància del benestar en l'entorn laboral i dels diversos nivells d'actuació
- Formular recomanacions que ajudin a millorar aquesta situació
- Donar exemples de bones pràctiques

La salut i el benestar
dels professionals sanitaris
en l'entorn laboral
Guia de bones pràctiques
per a institucions,
equips i professionals

Programes i projectes de PPSM

3

Augmentar la conscienciació del benestar mental i els factors que li donen suport, sobre estils de vida, en la família, a la **feina**, a les escoles i llars d'infants, en la comunitat i en la societat en general

Guia: la salut i el benestar dels professionals sanitaris a l'entorn laboral

Àmbit Familiar

Àmbit Laboral

Àmbit Educatiu

Àmbit Oci i lleure

Àmbit Serveis de la salut

Àmbit Comunitari

Diferents nivells d'ACTUACIÓ:

1. Nivell institucional o d'organització

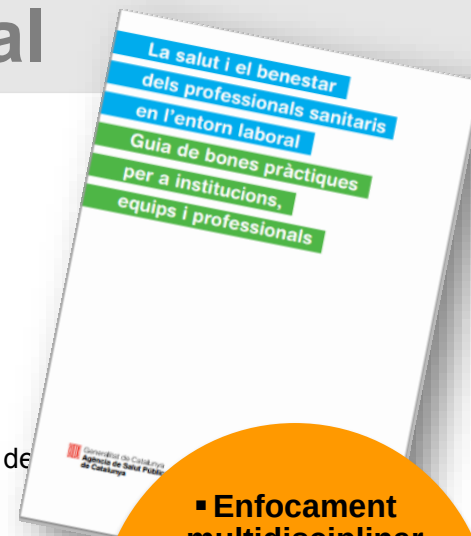
- Primeres causes del malestar
- Modificació de l'organització o funcionament
- "Organitzacions saludables"
- Modificació de recursos estructurals
- Millora de l'ambient social

2. Nivell d'equip o serveis:

- Lideratge efectiu i saludable, cohesió d'equip, claredat de rols, suport del professional, interdisciplinarietat

3. Nivell individual

- Promoció de la salut general
- Promoció de la salut mental
- Prevenció indicada o selectiva (prevenció de l'ansietat i depressió)



- Enfocament multidisciplinar
- Plantejament positiu, allunyat de diagnòstics
- Diferents nivells d'actuació

Programes i projectes de PPSM

3

Augmentar la conscienciació del benestar mental i els factors que li donen suport, sobre estils de vida, en la família, a la feina, a les **escoles** i llars d'infants, en la comunitat i en la societat en general

Programa L'Aventura de la Vida

Àmbit Familiar

Àmbit Laboral

Àmbit Educatiu

Àmbit Oci i lleure

Àmbit Serveis de la salut

Àmbit Comunitari

Programa de promoció de la salut que potencia les actituds i els hàbits saludables com a estratègia de prevenció amb els infants de primària.

- Informació sobre conductes que comprometin el benestar i la convivència.
- Promoció d'actituds i valors que afavoreixin estils de vida saludables.
- Desenvolupament de les habilitats per a la vida.

Objectiu principal: Potenciar actituds fermes davant el consum de drogues en els infants, oferir materials i formació als mestres i a pares i mares, i incorporar els continguts als projectes i dissenys curriculars.

S'estima que **155.000** infants diferents han participat el programa en algun moment, ja sigui en un o més cursos de la primària.

L'avventura de la Vida

- Educació per a la salut: **promoció d'actituds i hàbits saludables** (factors protectors).
- Desenvolupament d'**habilitats socials i emocionals** resistents.

Programes i projectes de PPSM

3

Augmentar la conscienciació del benestar mental i els factors que li donen suport, sobre estils de vida, en la família, a la feina, a les **escoles** i llars d'infants, en la comunitat i en la societat en general

Històries de la Yasmina

Àmbit Familiar

Àmbit Laboral

Àmbit Educatiu

Àmbit Oci i lleure

Àmbit Serveis de la salut

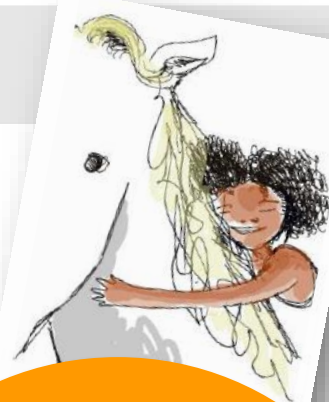
Àmbit Comunitari

Projecte en desenvolupament.

Programa de Promoció de la Salut i Prevenció sobre Drogues als Centres d'Educació Primària.

Els infants treballen a **partir de contes amb activitats** enfocades a l'entrenament d'habilitats psicosocials, a l'exercici de la participació i al compromís amb el benestar individual i col·lectiu.

L'**objectiu principal** és generar la reflexió entre els infants, més que donar bons consells, tenint en compte la seva experiència i el seu saber fer.



- Reforç de les **actituds i els hàbits saludables.**

- **Autoconeixement** i respecte cap a un mateix.

- Relacions amb els altres.
Habilitats socials.

- **Participació i compromís** amb l'aula.

- Aprenentatge a través de la **vivència** lúdica i creativa.

Programes i projectes de PPSM

3

Augmentar la conscienciació del benestar mental i els factors que li donen suport, sobre estils de vida, en la família, a la feina, a les **escoles** i llars d'infants, en la comunitat i en la societat en general

Programa Salut i Escola



Àmbit Familiar

Àmbit Laboral

Àmbit Educatiu

Àmbit Oci i lleure

Àmbit Serveis de la salut

Àmbit Comunitari

El programa "PSiE" busca, mitjançant la **Consulta Oberta** (professional d'infermeria desplaçat periòdicament al centre docent), afavorir l'accessibilitat de cara a la prevenció de situacions de risc i atenció precoç als problemes de salut dels adolescents a l'atenció sanitària amb garanties de privacitat, confidencialitat i proximitat.

Els eixos fonamentals d'actuació:

Salut mental / Salut afectiva i sexual / Violència i maltractaments de gènere / Hàbits de salut (consum de tabac i altres drogues, altres addiccions, exercici físic, dieta, etc...) / Trastorns de la conducta alimentària.

CONSULTA OBERTA:

- **Perfil consultant:** Noia (70%) de **3er ESO** (27%) que li preocupen temes de **Salut mental** (21%), **Alimentació** (20%) i **sexualitat i efectivitat** (19,6%),
- Curs 2015-16: **10.789 consultes**. 22.042 temes tractats.
- Cobertura curs 2015-16:
 - ✓ **388 escoles amb ESO (36%)** (Total 1.083)
 - ✓ **175.688 alumnes d'escoles amb ESO (59%)** (Total 298.472)
 - ✓ **204 ABS (55,3%)** (Total 369)

- Apropar els serveis de salut als adolescents
- Promoure l'**autonomia i la resiliència** (habilitats socials, assertivitat, resistència a la pressió de grup, sentit crític, presa de decisions)
- Reduir **comportaments** que poden afectar negativament la salut (**factors de risc**).

Programes i projectes de PPSM

3

Augmentar la conscienciació del benestar mental i els factors que li donen suport, sobre estils de vida, en la família, a la feina, a les **escoles** i llars d'infants, en la comunitat i en la societat en general

Protocol de prevenció, detecció i intervenció sobre drogues als centres de secundària

Àmbit Familiar

Àmbit Laboral

Àmbit Educatiu

Àmbit Oci i lleure

Àmbit Serveis de la salut

Àmbit Comunitari

Protocol que pretén dotar els centres educatius de secundària d'una eina per prevenir i detectar situacions relacionades amb les drogues, i intervenir-hi, amb l'objectiu d'evitar el consum entre l'alumnat.

Els objectius del protocol són:

- La implementació de mesures preventives en el centres d'educació secundària.
- Facilitar la detecció de comportaments de risc en relació amb el consum de drogues.
- Promoure les intervencions educatives amb l'alumnat i les seves famílies..
- Establir un circuit de coordinació i derivació, si s'escau.

PROTOCOL DE PREVENCIÓ, DETECCIÓ I INTERVENCIÓ SOBRE DROGUES ALS CENTRES D'EDUCACIÓ SECUNDÀRIA

Generalitat de Catalunya
Agència de Salut Pública de Catalunya
Subdirecció General de Dependències

- Sistematització d'abordatges i coordinació de recursos per fer **detecció precoç** i intervenir **educativament**.
- **Responsabilitat individual. Presa de decisions.**
- **Habilitats personals i socials.**
- Treball de la **pressió de grup**, les **normes i les creences normatives**, els mecanismes de **gestió del conflicte**, **percepció del risc**...
- Promoció de la **participació**, enfortiment del **clima de l'aula**, millorar el **vincle** del jove amb el centre.

Programes i projectes de PPSM

3

Augmentar la conscienciació del benestar mental i els factors que li donen suport, sobre estils de vida, en la família, a la feina, a les **escoles** i llars d'infants, en la comunitat i en la societat en general

Programa FITJove

Àmbit Familiar

Àmbit Laboral

Àmbit Educatiu

Àmbit Oci i lleure

Àmbit Serveis de la salut

Àmbit Comunitari

Programa de prevenció de consum de drogues entre adolescents (de 15-16 anys), que viuen en zones d'especial vulnerabilitat, a través de la promoció d'activitats esportives en instal·lacions de la comunitat.

| PINSAP | Pla interdepartamental de salut pública

Dades 2012-2017:

- ✓ 18 municipis
- ✓ 6.454 alumnes han accedit al programa (1ª fase)
- ✓ 864 alumnes s'han mantingut a la 2ª fase.



▪ Promoure **oportunitats educatives** no formals (en l'espai del lleure)

▪ **Promoció d'alternatives d'oci saludable**

▪ **Vinculació social**

Programes i projectes de PPSM

3

Augmentar la conscienciació del benestar mental i els factors que li donen suport, sobre estils de vida, en la família, a la feina, a les escoles i llars d'infants, en la **comunitat** i en la societat en general

Q de Festa. Nits de qualitat

Àmbit Familiar

Àmbit Laboral

Àmbit Educatiu

Àmbit Oci i lleure

Àmbit Serveis de la salut

Àmbit Comunitari

Projecte marc que té com a objectiu posar en comú els diferents agents implicats en l'oci nocturn d'un territori per a fer d'aquest un espai més segur, atractiu i saludable per a tothom.

L'objectiu principal és crear una xarxa nacional d'entitats del territori, de la indústria de l'oci nocturn i de les diferents administracions públiques per a la implantació de **polítiques de salut i prevenció en l'àmbit de l'oci nocturn**.

Dades des de 2008:

- ✓ **Plataformes Nits Q:** Taules de participació en 24 municipis. Fins 2017, 465 professionals formats en 230 sessions.
- ✓ **64 Segells QdeFesta:** 64 segells en 11 municipis diferents + 2 Festivals + 1 Festa Major. S'estimen més de 228.000 beneficiaris.

Nits de Qualitat

Salut i prevenció en l'àmbit de l'oci nocturn

- Promoure **oportunitats** diversificant les ofertes d'activitats de **lleure**.
- Construir entorns d'oci nocturn de Qualitat, afavoridors de **l'autocura i la gestió de riscos i plaers**.

Programes i projectes de PPSM

3

Augmentar la conscienciació del benestar mental i els factors que li donen suport, sobre estils de vida, en la família, a la feina, a les escoles i llars d'infants, en la **comunitat** i en la societat en general

Protocols ASA (Alternativa a la sanció administrativa)

Àmbit Familiar

Àmbit Laboral

Àmbit Educatiu

Àmbit Oci i lleure

Àmbit Serveis de la salut

Àmbit Comunitari

Els ASA són programes que ofereixen una intervenció d'atenció, seguiment i prevenció als menors d'edat que han estat denunciats per una infracció relacionada amb el consum o la tinença il·lícita de drogues, d'acord amb el que preveu l'article 36.16 de la Llei orgànica 4/2015, de 30 de març, de protecció de la seguretat ciutadana.

Ofereixen una resposta educativa alternativa al pagament de la sanció administrativa.

- ✓ **37 programes** (29 municipals + 8 supramunicipals o comarcals) => **49 municipis diferents + 3 comarques.**

- ✓ **Dades d'Interior 2012-16:**

En total s'han aixecat **14.005 actes a MENORS** (denúncies) a Catalunya.

D'aquests **3.135 han realitzat el programa satisfactòriament**



- **Responsabilitat individual.** Presa de decisions.
- **Educació habilitats i competències personals i socials** (també salut mental i benestar emocional) per fer front a situacions difícils de la vida quotidiana.

Programes i projectes de PPSM

3

Augmentar la conscienciació del benestar mental i els factors que li donen suport, sobre estils de vida, en la família, a la feina, a les escoles i llars d'infants, en la **comunitat** i en la societat en general

A Primera Línia

Àmbit Familiar

Àmbit Laboral

Àmbit Educatiu

Àmbit Oci i lleure

Àmbit Serveis de la salut

Àmbit Comunitari

Programa d'intervenció socioeducativa adreçada a **joves en situació de vulnerabilitat social i alt risc de conductes problemàtiques** associades al consum de drogues, des de la perspectiva de la reducció de riscos i danys.

Objectius principals:

- Creació d'una xarxa de referents; formar-los en l'abordatge educatiu en el consum de drogues i dotar-les de recursos/materials.
- Facilitar als joves pautes educatives en relació a les seves vivències al voltant del consum de drogues.

Població diana directa: Adolescents i joves de **Justícia Juvenil**, de la **DGAIA**, que estiguin cursant un PFI (Programa de Formació i Inserció) i del carrer. A partir de 14 anys (orientatiu).

- ✓ 210 professionals formats dels 120 (100%) centres DGAIA de Catalunya. Abast 1.200 joves.
- ✓ A Justícia Juvenil, es va fer formació inicial a representants dels 6 centres de Catalunya (100%) i aquests actuen en els seus propis centres

a primera línia

a primera línia amb ells

material gràfic

- Responsabilitat en la presa de decisions personals.
- Revinculació amb entitats pro-socials
- Educadors = models adults positius.
- Perspectiva de futur.
 - Potenciació de la resiliència.



OMS, The European Mental Health Action Plan



ACCIONS plantejades:

- 1 La qualitat en l'atenció primària per millorar la promoció de la salut mental, la prevenció i la detecció primerenca dels trastorns mentals i de suport psicològic de baix perfil
- 2 Acordar i implementar mitjans per mesurar el benestar i els determinants del benestar (a més de les mesures de trastorn mental) durant tot el cicle de vida
- 3 Augmentar la conscienciació del benestar mental i els factors que li donen suport, sobre estils de vida, en la família, a la feina, a les escoles i llars d'infants, en la comunitat i en la societat en general.
- 4 Un major suport a les necessitats de salut mental a l'atenció prenatal i postnatal, incloent la detecció de la violència domèstica i l'abús de l'alcohol**
- 5 Augment de la tornada a la feina de les persones amb problemes de salut mental
- 6 La reducció de les taxes de suïcidi entre la població general i en els subgrups relacionats amb l'edat, el sexe, l'ètnia i altres grups vulnerables

Programes i projectes de PPSM

4

Un major suport a les necessitats de salut mental a l'atenció prenatal i postnatal, incloent la detecció de la violència domèstica i l'abús de l'alcohol

Embaràs sense alcohol ni drogues

Programa adreçat a professionals i dones embarassades per prevenir el consum de substàncies durant l'embaràs i els riscos associats.

Objectius:

- Sensibilitzar la població general sobre els danys associats al consum d'alcohol durant l'embaràs
- Formar els professionals sobre com fer la detecció precoç i la intervenció breu per a disminuir el número d'embarassos exposats.

Accions:

- Protocol, recomanacions i formació per a professionals
- Material preventiu dirigit a dones embarassades.
- Coordinació amb professionals experts i integració en els circuits de salut mental perinatal
- Recerca sobre les percepcions, actituds i comportaments de la població general, professionals i dones



Programes i projectes de PPSM

4

Un major suport a les necessitats de salut mental a l'atenció prenatal i postnatal, incloent la detecció de la **violència domèstica** i l'abús de l'alcohol

Violència i drogues

Abordatge de la violència contra la parella entre les persones usuàries de la xarxa d'atenció a les drogodependències (XAD) a través de la creació d'una xarxa de referents.

Objectiu principal: Reduir la violència contra la parella entre les persones usuàries de drogues.

Accions:

- Elaboració de guies de suport per al treball dels professionals en la consulta i en els espais psicoterapèutics i de protocols de detecció precoç
- Creació d'una xarxa de referents als dispositius de la XAD.
- Coordinació institucional i dels professionals dels circuits de drogues i violència
- Formació i recolzament continuat als professionals d'ambdós circuits
- Reconegut com a bona pràctica pel Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad



Lluita contra el triple estigma: devaluació de les dones consumidores, criminalització i exclusió social

OMS, The European Mental Health Action Plan



ACCIONS plantejades:

- 1 La qualitat en l'atenció primària per millorar la promoció de la salut mental, la prevenció i la detecció primerenca dels trastorns mentals i de suport psicològic de baix perfil
- 2 Acordar i implementar mitjans per mesurar el benestar i els determinants del benestar (a més de les mesures de trastorn mental) durant tot el cicle de vida
- 3 Augmentar la conscienciació del benestar mental i els factors que li donen suport, sobre estils de vida, en la família, a la feina, a les escoles i llars d'infants, en la comunitat i en la societat en general.
- 4 Un major suport a les necessitats de salut mental a l'atenció prenatal i postnatal, incloent la detecció de la violència domèstica i l'abús de l'alcohol
- 5 Augment de la tornada a la feina de les persones amb problemes de salut mental**
- 6 La reducció de les taxes de suïcidi entre la població general i en els subgrups relacionats amb l'edat, el sexe, l'ètnia i altres grups vulnerables

Programes i projectes de PPSM

5

Augment de la tornada a la feina de les persones amb problemes de salut mental

A la feina, alcohol i drogues 0,0

Programa per a la prevenció dels problemes relacionats amb l'alcohol i les drogues en l'entorn laboral i de promoció del llocs de treball com a espais idonis per a la promoció del tractament i la reinserció de les persones afectades

Accions:

- Elaboració de una guia de bones pràctiques i material de sensibilització (calculadora de riscos a tercers, etc.)
- Elaboració d'una caixa d'eines per a empreses promotores de salut (entorns web, etc.)
- Sensibilització i mobilització de les empreses
- Coordinació i conveni amb altres actors (representants dels treballadors, patronal, salut laboral, etc)

- ✓ **9 empreses assessorades**
- ✓ **193 Professionals salut laboral formats**
- ✓ **61 Directius formats i sensibilitzats**



- **Construir entorns laborals promotors i facilitadors d'hàbits de salut**
 - La feina com a factor protector de la salut mental
- **Garantir el manteniment i el retorn a la feina, la reubicació en fases actives de la malaltia i la reinserció social.**

OMS, The European Mental Health Action Plan



ACCIONS plantejades:

- 1 La qualitat en l'atenció primària per millorar la promoció de la salut mental, la prevenció i la detecció primerenca dels trastorns mentals i de suport psicològic de baix perfil
- 2 Acordar i implementar mitjans per mesurar el benestar i els determinants del benestar (a més de les mesures de trastorn mental) durant tot el cicle de vida
- 3 Augmentar la conscienciació del benestar mental i els factors que li donen suport, sobre estils de vida, en la família, a la feina, a les escoles i llars d'infants, en la comunitat i en la societat en general.
- 4 Un major suport a les necessitats de salut mental a l'atenció prenatal i postnatal, incloent la detecció de la violència domèstica i l'abús de l'alcohol
- 5 Augment de la tornada a la feina de les persones amb problemes de salut mental
- 6 La reducció de les taxes de **suïcidi** entre la població general i en els subgrups relacionats amb l'edat, el sexe, l'ètnia i altres grups vulnerables

Barreres/ facilitadors

Conclusions: Barreres i oportunitats

Barreres

- Visió “tradicional” de la salut mental i poc enfoc en la promoció i la prevenció
- Manca de recursos
- Estigma
- Desigualtats importants

Oportunitats

- El capital social de la nostra comunitat com a factor promotor de benestar emocional
- Gran desplegament del Pla de Salut Mental i Addiccions , del pla de drogues
- Plans ENAPISC i PINSAP

Conclusions: Reptes

- Participació ciutadana
- Intersectorialitat
- Cooperació i coordinació amb altres proveïdors de serveis de salut pública i serveis sanitaris
- Disseminació de les millors pràctiques
- La sostenibilitat dels programes és indispensable per la seva efectivitat
- Avaluació sistemàtica dels programes
- Acció multi-nivell, internacional - local

“As a medical student, I learned that just because you have a medical degree it doesn't mean that you can understand health.

If you want to understand why health is distributed the way it is, you have to understand society.”

Sir. Michael Marmot

Drogues

Inici

Ciutadania

Professionals

Actualitat

Contacte

drogues.gencat.cat



El més consultat

- Què podeu fer per prevenir?
- Drogues: efectes i riscos per a la salut
- On us poden tractar

Moltes gràcies

<http://canalsalut.gencat.cat>
<http://salutpublica.gencat.cat>
<http://drogues.gencat.cat/>

Àmbits

Epidemiologia

Prevenció

Reducció de danys

