

Salud mental y adicciones

El pasado 10 de octubre se celebró el Día de la Salud Mental. Desde Proyecto Hombre la salud mental y la adicción se trabajan con una perspectiva biopsicosocial y multifactorial.

De acuerdo con el **informe del Observatorio Proyecto Hombre sobre el perfil de las personas con problemas de adicción en tratamiento** (2023) más de la mitad de las personas que acuden a Proyecto Hombre experimentan problemas emocionales y psicológicos (55,6%) así como depresión severa (59,0%) y problemas cognitivos (51,6%).

El 73,4% manifiesta haber sufrido ansiedad severa durante un tiempo significativo, siendo este trastorno el que mayor crecimiento ha experimentado en los últimos años entre las personas atendidas en Proyecto Hombre, ocupando el **primer puesto entre los problemas de salud mental**.

Con relación a las diferencias por sexo, se denota una mayor prevalencia de problemas de índole psicológico-psiquiátrico entre las mujeres.

“Desde Proyecto Hombre nos gustaría destacar que la asociación entre consumo y salud mental debe de considerarse más la norma que la excepción”



Así, en los datos del informe del Observatorio Proyecto Hombre, desde 2018 se observa una **tendencia al alza** sobre todo en el porcentaje de personas usuarios que afirman haber padecido depresión severa; pero también en el caso de la ansiedad severa y los problemas emocionales y psicológicos. En cuanto a los intentos de suicidio también parece haberse iniciado un ligero aumento en los tres últimos años.

“No podemos obviar la importante relación que existe entre el abuso de sustancias y la presencia de problemas de salud mental. Desde Proyecto Hombre hemos observado que las personas con problemas de adicción y otros problemas de salud mental experimentan una mayor severidad psicopatológica y psicosocial, tasas de recaída más altas, menor adherencia al tratamiento, un consumo más complejo, un riesgo aumentado de suicidio, condiciones físicas de salud más deterioradas, y una situación laboral precaria, factores que influyen en el pronóstico”. Afirma Manuel Muiños Amoedo, presidente nacional de la Asociación Proyecto Hombre.

Cómo es la atención que se realiza desde Proyecto Hombre

Desde Proyecto Hombre se entiende esta realidad planteada en el marco de una perspectiva en la que la adicción y otros trastornos mentales responden a una **realidad biopsicosocial y multifactorial**, y a una compleja interacción entre susceptibilidad, contexto (factores sociales y culturales), conducta y consecuencias.

Por lo tanto, **la intervención que se realiza es individualizada**, y tiene en cuenta toda la problemática que presenta la persona: un enfoque holístico e integrado que implica el entorno sociofamiliar y comunitario.

“La atención debe darse en paralelo, recibiendo tratamiento para ambas condiciones



Recomendaciones



Enfoque integral

Detección temprana y evaluación precisa
Colaboración entre servicios y programas
Red asistencial amplia y adaptable
Estrategia de atención coordinada

Medidas de prevención

Trabajo de sensibilización
Formación específica
Inclusión social y visibilización
Objetivos terapéuticos

(salud mental y adicción) de servicios diferentes. La evidencia respalda la eficacia del tratamiento integrado, que implica un seguimiento por un equipo interdisciplinario, y que cuente con formación específica, que aborde aspectos psicológicos, médicos, educativos y sociales de la persona y su entorno. La atención en salud mental y adicciones debe de enmarcarse en una perspectiva de género y derechos humanos, con el objetivo de fomentar la inclusión social, mejorar la calidad de vida y evitar la estigmatización”, añade Muiños.

10 propuestas y recomendaciones de Proyecto Hombre

“Desde Proyecto Hombre nos gustaría destacar que la asociación entre consumo y salud mental debe de considerarse más la norma que la excepción”, reafirma Muiños.

6 de cada 10 personas atendidas en Proyecto Hombre padece problemas emocionales y psicológicos

En materia de salud y dado el sensible porcentaje de personas que presentan problemas de tipo psiquiátrico en comorbilidad con una adicción, para Proyecto Hombre sería recomendable:

1. La alta prevalencia de comorbilidad entre adicción y trastornos psiquiátricos requiere un **enfoque integral** que aborde simultáneamente ambas condiciones.
2. Invertir en **detección temprana y evaluación precisa**, especialmente entre las mujeres que tienen una mayor prevalencia de problemas psicológicos y psiquiátricos.
3. **Colaboración** entre los servicios de salud mental y los programas y organizaciones de tratamiento de adicciones.

4. Es fundamental **una red asistencial amplia y adaptable**, que incluya la participación de organizaciones sociales.
5. Que los sistemas nacionales de salud desarrollen una **estrategia de atención coordinada** (salud mental y consumo) a diferentes niveles.
6. Es necesario desarrollar **medidas de prevención**.
7. Es importante realizar un **trabajo de sensibilización** acerca de las necesidades de las personas con problemas de salud mental y consumo de drogas.
8. Ofrecer **formación específica** a los y las profesionales de los ámbitos sanitario y social.
9. Las políticas y las intervenciones relacionadas con las personas con adicción y con un problema de salud mental también deben favorecer la **inclusión social**, la **visibilización** de este problema y no la justificación de su cronicidad ni la estigmatización, para combatir la discriminación.
10. El éxito del tratamiento es posible con **objetivos terapéuticos** como la retención, la planificación y el análisis.

Al implementar estas estrategias, podemos garantizar una atención más efectiva y completa para las personas que enfrentan comorbilidad, aumentando sus posibilidades de **alcanzar una recuperación duradera y mejorar su calidad de vida**.

Conoce más, aquí:

