

Salud Mental para cada persona

(Manifiesto de Plena inclusión por el derecho de cada persona a su bienestar emocional y salud mental: una prioridad global)

UNA SITUACIÓN INVISIBLE

Durante años la posibilidad de que las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo tuvieran problemas de salud mental ha sido socialmente menospreciada.

La coexistencia de ambas situaciones (discapacidad intelectual o del desarrollo y problemas de salud mental), generalmente no era reconocida, casi siempre infradiagnosticada y consecuentemente, no tratada o tratada de forma inadecuada.

Frente a esta realidad, estudios internacionales y datos estatales (Novell, Rueda y Carulla 2003. Novell, Nadal, Smilges, Pascual y Pujol, 2008) estiman entre un 30% y un 60% la prevalencia de enfermedad mental en la población con discapacidad intelectual o del desarrollo. Las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo padecen los mismos tipos de enfermedades mentales que las personas sin discapacidad, pero en ocasiones estos se manifiestan de forma diferente.

Para una persona con discapacidad intelectual o del desarrollo, un problema de salud mental adicional suele implicar situaciones de doble discriminación limitando aún más sus oportunidades de elegir cómo quiere vivir su vida y sentirse parte de su comunidad. Esto afecta también a su familia al tiempo que genera un importante impacto en su calidad de vida.

La institucionalización, la sobremedicación o el uso de restricciones, son formas de actuar que suelen implicar control y no tratamiento, ya que están dirigidas a suprimir la frecuencia y gravedad de la conducta. Sin embargo, en muchas ocasiones son la respuesta única y definitiva que se ofrece a la persona.

MÁS DIFÍCIL TODAVÍA

El nuevo escenario planteado por la pandemia viene a complicar la difícil situación que estas personas y sus familias viven. Para afrontar esta nueva normalidad precisan de apoyos que no están recibiendo. Si para todas las personas esta situación es compleja, para las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo con problemas de salud mental y sus familias supone retos en ocasiones insuperables.

Las restricciones aplicadas a la población, sin tener en cuenta las particularidades de las personas con discapacidad, generan situaciones de una complejidad extrema, y además afectan a la convivencia familiar, y también a la residencial.

Las respuestas a la COVID-19 requieren del diseño de caminos adaptados y personalizados que contemplen la diversidad de la población, para así alcanzar los mismos resultados sin dejar a nadie atrás. Es imprescindible que se tengan en cuenta las necesidades de apoyo de cada persona y la complejidad de la convivencia de restricciones y los problemas de conducta y/o salud mental.

UNA CUESTIÓN DE DERECHOS Y VIDA DIGNA

La Convención de Naciones Unidas sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad establece que todas las personas tienen derecho a gozar del más alto nivel posible de salud sin discriminación por motivos de discapacidad. Esto significa que las personas con discapacidad intelectual tienen derecho a disfrutar de un estado de bienestar no solo físico y social, si no también emocional que le permita desarrollar su proyecto de vida.

Por ello, es necesario visibilizar a las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo con problemas de salud mental y a sus familias, de forma que se reconozca su derecho a una atención de calidad y accesible, al igual que al resto de las personas.

Esto requiere de la personalización y humanización de la atención y los apoyos, a través de la capacitación y puesta en marcha de metodologías basadas en el conocimiento y la validez científica. Los servicios sanitarios y específicos de salud mental deben proporcionar las medidas necesarias para la pronta detección e intervención de trastornos de salud mental con enfoques preventivos y de promoción de la salud, haciendo especial énfasis en la etapa infanto-juvenil en personas con discapacidad intelectual y/o del desarrollo.

En base este derecho es necesario que los profesionales presten atención a las personas teniendo en cuenta sus fortalezas y su posibilidad de contribución, apoyando procesos de empoderamiento y recuperación que les permitan tomar el control de sus vidas y llenarlas de significado.

Por todo esto, desde el movimiento asociativo de Plena inclusión, reivindicamos:

- Que la atención sanitaria y social a las personas con discapacidad intelectual y/o del desarrollo y trastornos de salud mental, y a sus cuidadores principales, sea considerada prioritaria y urgente.
- Que se dé una respuesta prioritaria, de calidad y ágil a las situaciones de emergencia social que se están dando en personas con discapacidad intelectual o del desarrollo con problemas de conducta y/o salud mental y sus familias en la Pandemia.
- Que se aumente la inversión en recursos para la salud mental de las personas.
- Que se fomente el acceso a la información y la participación de las personas y sus familias en la toma de decisiones relativas a su salud mental, a través de estrategias como la lectura fácil o la accesibilidad cognitiva en los entornos o las competencias de los sanitarios en comunicación fácil.
- Que se establezcan planes de formación y capacitación especializada en discapacidad intelectual o del desarrollo en todas las ramas profesionales vinculadas con la salud mental.
- Que se establezcan protocolos para reducir cualquier práctica en los entornos sociosanitarios que suponga una vulneración de los derechos de las personas, incluyendo planes de reducción de restricciones.
- Garantizar que en situaciones de emergencia sanitaria como la ocasionada por la pandemia COVID-19 se respete su derecho a la atención médica especializada sin discriminación, garantizando y reforzándose los apoyos y acompañamientos en situaciones de especial vulnerabilidad.
- Que se establezcan estrategias estatales y autonómicas de salud mental en la que se incluyan objetivos, acciones y presupuesto en relación a la mejora de esta situación, en las que se priorice la coordinación socio sanitaria efectiva entre todos los equipos implicados en la intervención con personas con discapacidad.