

PROGRAMA DE VINCULACIÓN DE CIENTÍFICOS Y TECNÓLOGOS - Convocatoria 2019

Salud Mental y Resiliencia
Universidad Nacional de Itapúa

Claudia Cáceres González - arayvoty@gmail.com

RESUMEN

La Estancia de investigación fue llevada a cabo en la Universidad de Salamanca, donde se ha profundizado en la temática de la salud mental y la resiliencia. Se ha acudido a sus unidades de prácticas de intervención en salud mental de equipos multidisciplinares de la Facultad de Psicología e instituciones con convenio con la USAL. A partir del mismo se ha realizado propuestas de actividades innovadas para la intervención en el observatorio de salud mental, investigación y extensión universitaria, desde la carrera de Psicología, en la Universidad Nacional de Itapúa.

OBJETIVOS

Profundizar en la temática de resiliencia y observar la intervención en salud mental de enfoque multidisciplinario en la Universidad de Salamanca para replicar los conocimientos adquiridos a la Universidad Nacional de Itapúa.



APORTES DE LA ESTANCIA

La Universidad Nacional de Itapúa, recibe nuevas estrategias para la intervención en áreas de salud mental, como prácticas innovadas en su área de observatorio de salud mental, investigación y extensión universitaria, desde la dirección de la Carrera de Psicología:

- Conformar un equipo multidisciplinario para la promoción de la salud mental e intervención primaria entre las carreras de Psicología, Medicina y Trabajo Social.
- Crear programas: #La Salud Mental primero, #Habilidades para la Vida, #Salud Mental en calle, #Alimentación y hábitos saludables.
- Programar actividades para el año en contacto con la naturaleza, en convenio con el Municipio en el Parque de la Salud y Costanera.
- Crear un espacio de Café Psicológico para debates sobre salud mental y temas afines.
- Realizar talleres de prevención de salud mental en escuelas y colegios.
- Intervenciones preventivas al consumo de riesgo de sustancias.
- Promoción de salud mental a nivel comunitario/intervención desde las causas bajo modelos biopsicosociales.
- Preparar volantes, flyer, microprogramas sobre salud mental para radios y televisión.
- Y concienciación de que la salud mental no se reduce a carecer de trastorno mental y de la importancia del afecto y la contención a los que sufren trastornos, para forjar una vida resiliente.

ACTIVIDADES REALIZADAS

Profundización de las temáticas salud mental y resiliencia mediante el uso de los materiales de la biblioteca de la Facultad de Psicología. Interiorización del funcionamiento del Servicio de Asuntos Sociales de la Facultad de Psicología y sus 17 unidades para conocer las prácticas en sus diversas áreas de intervención en salud y salud mental.



RESULTADOS OBTENIDOS

Conferencia sobre Salud mental y resiliencia, con presentación de propuestas de actividades innovadas a profesionales del área de salud mental de la Universidad Nacional de Itapúa. Y apropiación de nuevas estrategias de la institución, para la promoción e intervención en áreas de salud mental en el 2020 como prácticas innovadas, desde la carrera de Psicología.



CONCLUSIÓN

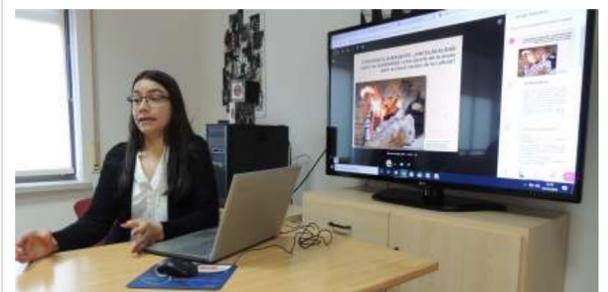
La Organización Mundial de la Salud argumenta que "sin salud mental no hay salud" (OMS, 2001), y con la profundización de la salud mental y la resiliencia, destacamos la importancia de la promoción de la salud mental y su intervención a tiempo. Aspecto que es de suma urgencia en Paraguay, debido al alto índice actual de la depresión en el país, ante el cual la OPS (2019) insta a aumentar la inversión en salud mental.

CONCLUSIÓN

La Universidad Nacional de Itapúa, a partir de las propuestas de actividades presentadas, en el 2020 podrá implementar innovadas estrategias de intervención, desde la dirección de la Carrera de Psicología, en sus áreas de observatorio de salud mental, extensión universitaria e investigación. Esto aportará a los lineamientos de las Políticas Públicas del Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social, y al cumplimiento de los Objetivos del Desarrollo Sostenible a través de fortalecimiento de la promoción de la salud mental como prioridad para la calidad de vida integral.

VISIÓN Y PLANES FUTUROS

Para la salud mental, es imprescindible una sociedad con equidad, con acceso a educación, trabajo, vivienda y salud, con ambiente saludable y seguro, que deriven a un bienestar social. Para que esto sea posible es necesario el accionar del Estado, para las causas evitables. Como país necesitamos optar más por lo preventivo; lo que falta es viabilizar presupuestos y la creación de equipos multidisciplinarios capaces de promocionar e intervenir en el área. La falta de salud mental tiene costes sociales y económicos muy altos, la muerte prematura y su impacto en las familias. Como investigadora, pretendo fortalecer estudios en el área de la salud mental preventiva, a través de proyectos de investigación-acción con técnicas básicas y aplicadas que impliquen multidisciplinariedad.



"Esta estancia de Investigación fue cofinanciado por el Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología - CONACYT con recursos del FEEI"