

Salut Mental

Fòrum de Salut Mental

Definició de Situacions de vulnerabilitat de Salut Mental

- Segons l'OMS 1 de cada 4 persones experimentarà situacions de vulnerabilitat en Salut Mental en algun moment de la seva vida. La Salut Mental és un problema de tothom però sovint silenciada.
- Diferències de tipus emocional, cognitiu i/o del comportament, en què queden modificats processos psicològics bàsics com l'emoció, la motivació, la cognició, la consciència, la conducta, la percepció, la sensació, l'aprenentatge, el llenguatge, etc., que dificulta la relació de la persona a l'entorn cultural i social on viu i crea malestar.

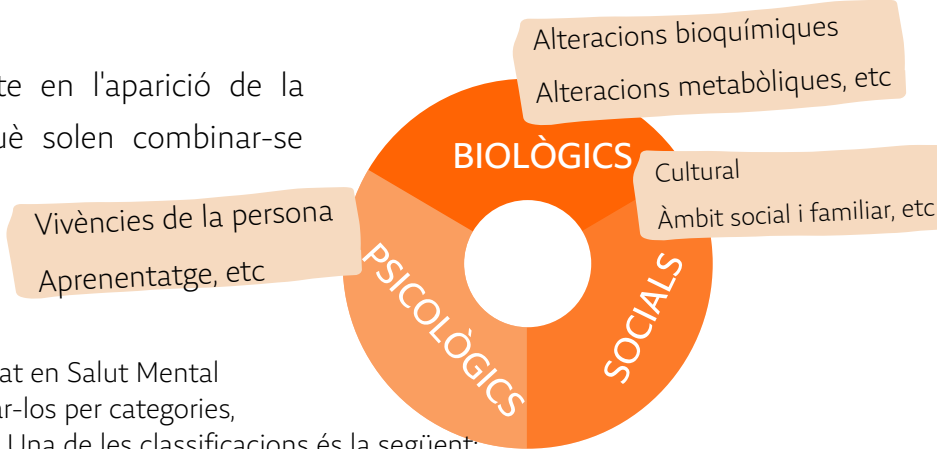
Hi ha moltes condicions de Salut Mental que impacten temporalment i substancialment en l'autonomia de les persones per afrontar les demandes de la vida diària.

Aquestes condicions poden causar canvis de pensament, percepció, d'estat d'ànim, de personalitat o de comportament, tot i que de vegades és invisible i no aparent davant els altres.

Les situacions de vulnerabilitat en Salut Mental no disminueixen ni deterioren les facultats mentals, sinó que les alteren de forma esporàdica.

No és fàcil establir una causa-efecte en l'aparició de la vulnerabilitat en Salut Mental perquè solen combinar-se

MÚLTIPLES FACTORS:



CLASSIFICACIÓ

Hi ha diferents tipus de situacions de vulnerabilitat en Salut Mental i al llarg de la història s'han fet intents per agrupar-los per categories, però continua havent-hi desacords entre models. Una de les classificacions és la següent:

1 TRASTORN DE L'ESTAT D'ÀNIM

● Principal característica: afecten **emocionalment** i suposen **variacions de l'humor**.

● **EXEMPLES:**

- ➔ **Trastorn bipolar:** combina períodes de molta exaltació (maníacs) amb altres de total abatiment (depressius). La durada de cada fase varia en cada persona, i s'alternen amb altres períodes en què l'estat d'ànim es normalitza i els símptomes desapareixen pràcticament per complet.
- ➔ **Trastorns depressius:** presenten símptomes com la **tristesa**, la **desesperança** i la **inhibició**.

2 TRASTORN D'ANSIETAT

● Predomini de por i inseguretat.

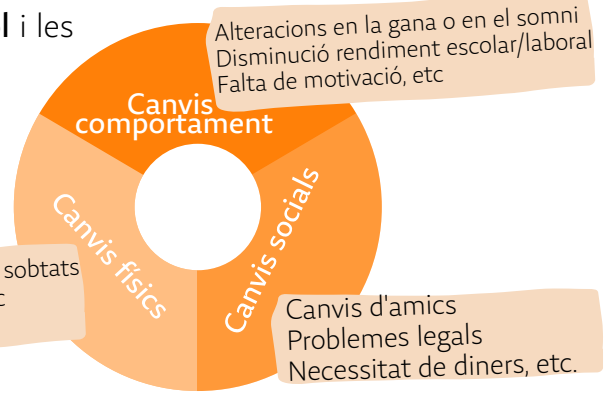
Característica clau: l'anticipació d'un futur perill o desgràcia acompanyats d'un sentiment incòmode.

EXEMPLES:

Trastorn de pànic; Trastorn obsessiu-compulsiu (TOC); Fòbies; Trastorn d'estrès posttraumàtic (TEPT).

3 TRASTORNS RELACIONATS AMB L'ÚS DE SUBSTÀNCIES

- Inclouen problemes associats amb l'**abús de l'alcohol** i les **drogues il·legals o legals**.
- Els símptomes més habituals són:



4 TRASTORNS PSICÒTICS

● Són trastorns de separació de la realitat ja que causen un despreniment de la mateixa (deliris).

● Exemple més notable: **ESQUIZOFRÈNIA**, on s'experimenta una **greu distorsió** entre **pensaments** i **emocions**. Característiques:

- Sentir o veure coses que no existeixen
- Descuidar l'aspecte, tasques quotidianes...
- Aïllar-se del seu entorn
- Creure coses que no són veritat, etc

5 TRASTORNS DE LA PERSONALITAT

● Forma de sentir i de comportar-se diferent dels estàndards normatius.

● Aquesta diferència és estable en el temps i en diferents àmbits de la vida. Aquests trastorns freqüentment no tenen res a veure amb els estereotips associats (p.e, no necessàriament són persones violentes, extravagants, etc).

● **EXEMPLES:** Trastorn per Dependència; Trastorn Histriònic.

6 ALTRES TRASTORNS

- Tr del son
- Tr dissociatius
- Tr control impulsos
- Tr sexuals
- Tr somatomorfs
- Tr del desenvolupament (TDAH; Tr comportament...)
- Tr Conducta Alimentària

Salut mental i estigmatització

- **ESTEREOTIPS:** coneixements socials sobre un grup; mites i creences errònies atribuïdes a una persona o col·lectiu.
- **PREJUDICIS:** reaccions emocionals sense justificació que generen un distanciament social.
- **DISCRIMINACIÓ:** vulneració de drets, conductes de rebuig, menyspreu i exclusió social envers una persona o col·lectiu.

➔ **Idees preconcebudes en les situacions de vulnerabilitat en Salut Mental**
No significa...

menor capacitat intel·lectual; irreversibilitat; que sigui hereditari; culpa o càstig; permanent; ni mortal ni contagiós...