

CONCEPTO DE SALUD MENTAL Y NORMALIDAD.

Resumen

Dra. Ileana Petra

Nuevamente en 2001 la Organización Mundial de la Salud continuó definiendo a la salud como: “un estado de completo bienestar físico, mental y social y no solamente la ausencia de enfermedad o dolencia.”

La OMS desde 1948 considera que dentro del contexto de la promoción de la salud, la salud es no solo un estado abstracto sino como un medio para llegar a un fin, un recurso que permite a las personas llevar una vida individual, social y económicamente productiva. Estima que es un recurso para la vida diaria y no el objetivo de la vida, es decir que el ser humano no basa su existencia en buscar la salud sino que debería ser parte de su vida y compañera para el logro de las metas individuales.

La Salud Mental es más que la ausencia de enfermedad y la OMS la describe como: un estado de bienestar en el cual el individuo se da cuenta de sus propias aptitudes, puede afrontar las presiones normales de la vida, puede trabajar productiva y fructíferamente y es capaz de hacer una contribución a su comunidad. En este sentido positivo, la salud mental es la base para el bienestar y funcionamiento efectivo de un individuo y una comunidad. Este concepto medular de salud mental es consistente con su interpretación amplia y variada en las diferentes culturas. Por otro lado el reporte del Cirujano General de Estados Unidos la define como “la representación satisfactoria de las funciones mentales en términos de pensamiento, estado de ánimo y conducta, que permite mantener actividades productivas y relaciones con otras personas, adaptarse al cambio y afrontar la adversidad.

La salud mental y las enfermedades mentales están determinadas por muchos factores que están interactuando como son lo social, lo psicológico y lo biológico; al igual que la salud y la enfermedad en general. Un ejemplo del aspecto social, es el riesgo de enfermedades mentales asociadas a la pobreza (hacinamiento, educación limitada, estrés en el trabajo, bajo ingreso, inseguridad y desesperanza). Otro factor es la conducta de individuo asociada al abuso de sustancias, violencia en general, de género e infantil. Las enfermedades físicas agudas y crónicas también influyen junto con la pobreza a problemas de salud mental que incluyen depresión, ansiedad, etc.

NORMALIDAD

El término ha creado controversia entre los autores por la variabilidad asociada al ser humano en relación a su biología, su psicología y los aspectos sociales que le rodean. Una de las definiciones más empleadas sugiere que la normalidad es un conjunto de patrones de conducta o rasgos de la personalidad que son típicos o componen algún patrón estándar de formas adecuadas y aceptables de comportarse y ser. Pero ello conlleva el problema de definir algunos términos considerados ambiguos como son “adecuadas y aceptables”, que difieren de cultura en cultura y en este contexto la normalidad puede clasificarse en:

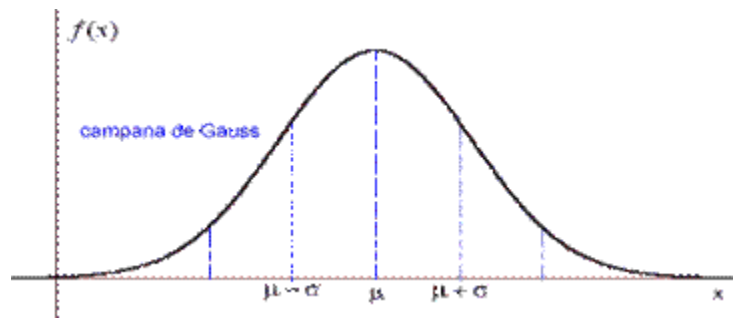
- 1) Autonormal: persona que es vista como normal por su propia sociedad.
- 2) Autopatológico: persona que es vista como anormal por su propia sociedad.
- 3) Heteronormal: persona que es vista como normal por los miembros de otra sociedad que la observa.
- 4) Heteropatológica: persona que es vista como inusual o patológica por los miembros de otra sociedad que la observa.

Daniel Offer y Melvin Sabshin ofrecen cuatro perspectivas de la normalidad en relación a la salud mental, en donde toman en cuenta: a) La normalidad como salud. b) La normalidad como utopía. c) La normalidad como media y d) la normalidad como proceso.

Normalidad como salud. Los médicos desean que los pacientes fueran sanos y normales y se basan en lo que el paciente refiere. Ellos observan hechos fundamentalmente biológicos y a veces psicológicos y rara vez –desafortunadamente- piensan en los aspectos sociales que lo rodean y que contribuyen a su estado integral.

Normalidad como utopía. Esta definición busca integrar en forma armoniosa y óptima los distintos elementos que forman la mente y que pueda funcionar en las mejores condiciones. El lograr esta situación resulta para muchos estudiosos de tema como algo difícil de alcanzar, más la búsqueda y el mejoramiento continuo del individuo en estas áreas permite al ser humano sentirse más en armonía consigo mismo.

Normalidad como media. Se basa este concepto en una Curva de Gauss donde el individuo que cae dentro de la zona intermedia de la campana es decir actúa como la mayoría de los ser humanos, puede ser considerados “normales”.



Normalidad como proceso. Considera que la normalidad es un producto terminal de una larga cadena de interacciones, por lo que no puede considerarse que un individuo alcance la normalidad estática sino que se encuentra en continuo cambio. Como ejemplo es el paso del ser humano a través de sus diferentes etapas del ciclo vital, en donde el individuo sigue siendo él, pero se va modificando a lo largo de la vida.

Bibliografía:

1. Kaplan & Sadock. Sinopsis de Psiquiatría. 10ª. Ed. New York. 2008.
2. www.who.int/mental/health/evidence/promocion_de_la_salud_mental.
3. www.surgeongeneral.gov
4. Daniel Offer. The diversity of normal behavior: further contributions to normatology. Ed. Basic Books. New York. 1a. ed. 1992