

ALGUNAS CONSIDERACIONES SOBRE LA INVESTIGACION FUTURA EN EL CAMPO DE LA SALUD MENTAL

Dr. Gonzalo Adis Castro*

Resumen

La magnitud de los problemas de Salud Mental en el país es verdaderamente importante, a juzgar por diferentes criterios. Esto hace pensar en la necesidad de meditar sobre las diferentes formas u opciones que podrían existir para enfrentar esta problemática, y en la conveniencia de estimular la investigación en este campo, con el objeto de recoger información básica que venga a enriquecer los programas de acción preventiva. En este sentido se hacen algunas reflexiones sobre la orientación futura de la investigación en el campo de Salud Mental desde una perspectiva preventiva, es decir, desde el marco de referencia de un modelo de salud pública. (Rev. Cost. Cienc. Méd. 1983; 4(1)13—16).

La magnitud de los problemas de salud mental en el país es verdaderamente importante, a juzgar por diferentes criterios. Por una parte los índices de prevalencia de sintomatología psiquiátrica son verdaderamente altos. Por otra parte, el uso y abuso de bebidas alcohólicas, tabaco y otras drogas, así como la gran frecuencia de comportamiento o estilos de vida que ponen en peligro la salud física del individuo, conjuntamente con las demandas de las circunstancias actuales que provocan tensión, reflejan la alta frecuencia de estos problemas. Todos estos hechos hacen pensar en la necesidad de meditar sobre las diferentes formas u opciones que podrían existir para enfrentar esta problemática. A su vez, debiera ser evidente que un adecuado enfoque de estos problemas, independientemente de la estrategia que se siga, requiere de información básica que venga a enriquecer los programas de acción, a la vez que facilite el logro de los objetivos de los mismos. Todo esto redundaría en la conveniencia de estimular la investigación en este campo.

A continuación se hacen algunas reflexiones sobre la orientación futura de la investigación en el campo de la salud mental. Necesariamente estas reflexiones son parciales e incompletas, toda vez que las mismas se plantean desde una perspectiva muy particular. Es decir, desde esa posición que hace énfasis en ese nivel de prevención que busca reducir o disminuir, en la medida de lo posible, las probabilidades de que ocurran nuevos casos. Ciertamente consideramos que es necesario y conveniente estimular la actividad investigativa de diferentes tipos, ya sea de la conocida como básica, que hace énfasis en contribuciones teórico-conceptuales y metodológicas; o bien, esa otra que algunos han dado en llamar aplicada, con su énfasis en la solución de problemas acorde a necesidades programáticas. Así se contribuye a resolver situaciones de alta prioridad social, en general, y en el caso particular de nuestro presente interés, de especial importancia en el campo de salud mental. La orientación de las reflexiones que aquí se presentan va más en el sentido de ese segundo tipo de investigación que hemos mencionado. Esto no significa que no se le deba dar atención y estímulo a otros tipos de investigación, como el primero a que se hizo referencia. Este sesgo, en alguna medida refleja la convicción de que la problemática de salud mental en Costa Rica, debe enfrentarse fundamentalmente desde una perspectiva preventiva, o si se prefiere, desde el marco de referencia de un modelo de salud pública.

* Servicio de Psicología, Hospital Nacional Psiquiátrico, CCSS, Cátedras de Psicología y de Psiquiatría, Universidad de Costa Rica, Unidad de Postgrado en Psicología Clínica, CENDEISS, CCSS.

La investigación sistemática en el campo de la salud mental, particularmente del tipo psico-socio-epidemiológico, se inició en Costa Rica a finales de los años 50. Los estudios realizados incluyeron desde investigaciones sobre la prevalencia de problemas de salud mental (4)(6)(9), hasta estudios correlacionales de factores socio-demográficos y psicosociales, que pueden tener importancia etiológica, sea directa o indirectamente, tales como actitudes hacia el enfermo mental (1)(2)(3), percepción de la enfermedad (7), entre otros. Ciertamente la información obtenida en estos y otros estudios debe ser actualizada, y en especial, la obtenida en estudios relacionados con la prevalencia de problemas de salud mental en general, y de enfermedad mental en particular. La incidencia de los problemas de salud mental en la población general es muy alta, a juzgar por los índices de prevalencia obtenidos. Estos índices son una seria llamada de atención a la necesidad de programas de acción preventiva en este campo. Por otra parte, es importante repetir estos estudios para observar qué tipos de cambio ocurren en los índices de prevalencia, y para evaluar cómo estos cambios afectan, o afectarán los servicios de salud.

Los estudios para determinar la prevalencia de problemas psiquiátricos y psicológicos se han realizado con base en muestras de población adulta. Es evidente que los nuevos esfuerzos deberán buscar un horizonte más amplio de manera que la nueva investigación permita determinar el tipo y la frecuencia de problemas en diferentes grupos de edad, y su interrelación con otras variables. Esto es, con variables socio-demográficas y económicas, así como psico-sociales. Igualmente importante es establecer la relación que existe entre estos índices y factores asociados a la salud física y emocional de la persona y a las tensiones y demandas del ambiente interpersonal y físico en el que participa el individuo. En este sentido es importante diseñar estudios para determinar el tipo y magnitud de problemas de salud mental en niños y personas entre la llamada tercera edad, así como para determinar qué factores (actitudes, hábitos de crianza, etc.) pueden estar favoreciendo o limitando un crecimiento óptimo. De esta manera la investigación puede aportar información fundamental para la puesta en marcha de programas que vayan a mejorar la salud mental, y a favorecer el desarrollo óptimo del niño, del adolescente, y del joven adulto. De igual manera se deberán hacer investigaciones cuyos resultados permitan nutrir y mejorar los programas orientados a favorecer la salud mental del adulto y de la persona de la tercera edad.

Es evidente entonces, que se deba continuar investigando en el área de la psicopatología, de los hábitos de crianza, etc. Pero además la orientación futura de la investigación en este campo deberá hacer énfasis en estudios que aporten información que permita aumentar la efectividad de los programas de acción preventiva. Estos programas deben buscar, en última instancia, reducir la posibilidad de que ocurran nuevos casos. Desde esta perspectiva es de interés considerar la fórmula propuesta por G.W. Albee para determinar el índice de incidencia de problemas de salud mental (7), a saber:

Incidencia:

Factores orgánicos + Factores de estrés

destrezas adaptativas + auto-estima + grupos de apoyo

Esta fórmula señala de manera muy clara la dirección que deben tomar los esfuerzos y actividades preventivas, particularmente a nivel primario. Reducir la incidencia de nuevos casos, tal como lo señala Albee en esta fórmula, significa, por una parte, reducir en lo posible los factores orgánicos que de manera directa o indirecta, contribuyen a la presencia de problemas de salud mental. Por otra parte, también significa reducir al mínimo posible los factores de estrés que se originan tanto en el ambiente físico como socio-económico e interpersonal en que participa el individuo. Se desprende de esta fórmula la necesidad de favorecer la adquisición y desarrollo de destrezas adaptativas, de promover la auto-estima del individuo, de propiciar la estabilidad y cohesión de los grupos naturales

de apoyo al individuo. Los problemas de salud mental tienden a reducirse en aquellos individuos que cuentan con mayores destrezas adaptativas que, junto con el sentimiento de pertenencia y aceptación de los grupos de apoyo a los que pertenecen, fortalecen sus sentimientos de auto-estima y bienestar personal.

Esta fórmula que señala diferentes estrategias para reducir la incidencia de nuevos casos, también puede servir de pauta para orientar la investigación futura en este campo. Así, es importante investigar los factores orgánicos, que de manera directa o indirecta, afectan la salud mental del individuo. En relación a estos mismos factores, también es importante investigar las circunstancias en las que ciertos comportamientos y estilo de vida del individuo favorecen la presencia de factores orgánicos (por ejemplo: uso y abuso del tabaco, alcohol, etc.) De igual manera se deben investigar los comportamientos del individuo que en alguna medida lo hacen más vulnerable a diferentes factores de estrés y determinar en qué circunstancias cuáles de estos factores son más importantes. También debieran investigarse las situaciones que podrían facilitar o favorecer el aumento de las destrezas del individuo, su pertenencia a grupos de apoyo, y el estímulo de su auto-estima.

La investigación futura en este campo deberá, además, hacer énfasis en otros aspectos o áreas de interés. Una de ellas es el efecto, potencialmente negativo, de la hospitalización prolongada, y la efectividad de otros cuidados alternos, extra-hospitalarios. Kiesler (10), por ejemplo, ha encontrado que los resultados de la hospitalización no son necesariamente más positivos que los obtenidos con otros cuidados alternos, extra-hospitalarios. De hecho, este autor señala que, en aquellos casos en que un cuidado extra-hospitalario es posible, este es más efectivo en cuanto a evaluación psiquiátrica, a las probabilidades de obtener un empleo subsecuente, a llevar una vida más independiente, a mantenerse en el trabajo o en los estudios, y es ciertamente menos costoso. De igual interés sería el investigar los factores que en alguna medida favorecen una hospitalización prolongada, tales como intolerancia de la familia, rechazo de la comunidad, etc. Los factores identificados de esta manera en estos estudios, podrían entonces ser considerados como objetivos de intervención de los programas comunitarios.

Una área de investigación de especial interés en la actualidad es la relación que existe entre los hábitos de comportamiento y estilo de vida del individuo y su salud física. Así, diferentes autores, por ejemplo, DeLeón y Pallak (8), Matarazzo (11), entre otros hacen énfasis en la necesidad de investigar formas de introducir cambios en hábitos de comportamiento y estilo de vida en relación al uso y abuso del tabaco, alcohol, drogas y otras sustancias; en relación a hábitos de higiene dental, ejercicio, hábitos de descanso que favorecen la probabilidad de accidentes, sean en el hogar, en el trabajo, en las carreteras y vías públicas, etc. Estos y otros estudios alertan al hecho de que la enfermedad física (cáncer del pulmón, enfermedades cardio-vasculares, etc.) es en gran medida favorecida por el comportamiento y el estilo de vida del individuo. La prevención de estas y otras enfermedades significa estimular y promover comportamientos saludables que protejan la salud física y mental del individuo. Esto, a su vez, señala la necesidad de investigar en este campo.

En relación con los temas anteriormente mencionados, es importante considerar la necesidad de realizar, además, un tipo de investigación también conocida como evaluativa (5). Este tipo de investigación busca, a partir de la información que se tiene sobre un fenómeno dado, contestar a la pregunta relacionada con la forma en que la información sobre dicho fenómeno se podría utilizar para provocar cambios en el mismo. En el campo de la salud en general, y de la salud mental en particular, la investigación evaluativa busca contestar preguntas similares, a partir de los conocimientos que se tienen de la relación entre factores socio-culturales, psico-sociales y la salud mental. Así se pretenderá responder a la pregunta: ¿cómo utilizar mejor nuestra información sobre el

comportamiento del individuo para ayudarlo a fomentar y proteger su salud física y su salud mental?

ABSTRACT

Mental Health problems constitute one of the most important areas for consideration, according to several opinions. This essay reflects on the future orientation of research in this field, since it is necessary to mediate on the different options available to confront this problem. These contemplations are looked upon from a preventive point of view, that is, considering the subject as a public health model.

Bibliografía

1. Adis Castro, G.; Waisanen, Fred B. "Lugar de residencia y actitudes hacia el enfermo mental", *Acta psiquiátrica, psicológica*. América Latina, 1965; 11:356—363.
2. Adis Castro, G.; Waisanen, Fred B. "El contexto socio-económico de las actitudes hacia el enfermo mental", *Acta psiquiátrica, psicológica*. América Latina. 1966; 12:3—12.
3. Adis Castro, G.; Waisanen, Fred B. "Modernidad y tolerancia: el caso de las actitudes hacia el enfermo mental", *Acta psiquiátrica, psicológica*. América Latina. 1967; 13:149.
4. Adis Castro, G.; Hernández Ureña, R.; Víquez Carvajal, C.; Alvarenga Bianco, F. "Prevalencia de problemas de salud mental en Costa Rica, en Mariátegui, I, y Adis Castro, G., *Epidemiología Psiquiátrica en América Latina*, Acta Fondo para la salud mental, Buenos Aires. 1970; 89—114.
5. Adis Castro, G. "Perspectivas futuras en investigaciones socio-culturales aplicadas en Salud Mental", *Acta psiquiátrica, psicológica*. América Latina. 1970; 1b:33—38.
6. Adis Castro, G.; Thomas Claudet, P. "Percepción de enfermedad en diferentes estratos socio-económicos", *Revista Interamericana de Psicología*, 1972; 6(1-2) :11—43.
7. Albee, George W. "Preventing Psychopathology and Promoting Human Potential", *American Psychologist*. 1982;37:1043—1050.
8. DeLeón, Patrick H.; Pallak, Michael S. "Public Health and Psychology", *American Psychologist*. 1982; 37:934—935.
9. Gorn Sikora, I; Ramírez Henderson, R. "*Incidencia y Prevalencia de Trastornos Mentales en los Servicios de Psiquiatría, Psicología y Psicosomatología del país. Variables socio-demográficos y familiares asociadas a la prevalencia. Tratamientos utilizados*". Tesis de Grado. Escuela de Psicología, Universidad de Costa Rica, San José, Costa Rica, 1981.
10. Kiesler, Charles A. "Mental Hospitals and Alternative Care", *American Psychologist*. 1982; 37:349—360.
11. Matarazzo, Joseph D. "Behavioral Health's Challenge to Academic, Scientific, and Professional Psychology", *American Psychologist*. 1982; 37:1—14.