



SALUD MENTAL
FORTALECIENDO
REDES DE CUIDADO



GLOSARIO

ATENCIÓN CENTRADA EN EL PACIENTE Y LA FAMILIA

La atención centrada en el paciente y la familia se refiere a un enfoque de salud que prioriza la participación de los pacientes y sus familias en la toma de decisiones sobre su atención médica. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), este enfoque busca brindar un cuidado completo y coordinado, considerando las necesidades y preferencias individuales, así como la colaboración entre los profesionales de la salud. La atención integral implica no solo la prevención y el tratamiento, sino también la promoción del bienestar físico, mental y social de los pacientes, asegurando que se respete su dignidad y autonomía.

https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/WHA69/A69_39-sp.pdf

BIENESTAR SOCIAL

Se define como el conjunto de factores que permiten mejorar las condiciones materiales de vida de la población y aumentar su calidad de vida. Este concepto implica que las personas sientan que hacen contribuciones sociales valiosas, visualizan la sociedad como un colectivo importante dentro del cual experimentan un sentido de pertenencia, mantienen actitudes positivas hacia los demás y creen en el potencial de la sociedad para evolucionar.

https://cdn.who.int/media/docs/default-source/health-promotion/spanish_framework4wellbeing_05092023.pdf?sfvrsn=c602e78f_29&download=true

BRECHAS EN SALUD

Conjunto de desigualdades existentes en el estado de bienestar físico, psicológico, social y espiritual por alguna condición social como el género, la etnia o la condición económica y, por tanto, susceptibles de ser evitables.

CLOSINGAP. Analizando el coste de oportunidad de la desigualdad de género en la salud.
<https://closingap.com/actividad/brecha-salud/#:~:text=Parte%20de%20la%20premisa%20de,tanto%2C%20susceptibles%20de%20ser%20evitables>

DESARROLLO HUMANO

Proceso mediante el cual se amplían las oportunidades de las personas; estas oportunidades son diversas y pueden cambiar en el tiempo, pero las más esenciales para cualquier nivel de desarrollo son: una vida prolongada y saludable, el acceso a la educación y disponer de los recursos para disfrutar de un nivel de vida decente; otras oportunidades que valoran los individuos son las libertades políticas, económicas y sociales, el respeto de los derechos humanos, la posibilidad de ser creativo y productivo, el respeto a sí mismo, entre otras.

PNUD. (1990). *Informe sobre Desarrollo Humano 1990. Definición y medición del desarrollo humano.* En línea:
<https://hdr.undp.org/system/files/documents/hdr1990escompletonostatspdf.pdf>

DESIGUALDADES ESTRUCTURALES

La desigualdad estructural, también llamada discriminación estructural, supone que en la sociedad existen ciertos grupos que han sido sistemática e históricamente excluidos del goce y ejercicio de sus derechos. Generalmente supone tres rasgos:

1. Se fundamenta en un orden social que es independiente de las voluntades individuales;
2. Se constituye como un proceso de acumulación de desventajas, tanto a lo largo del curso de la vida como entre las generaciones y,
3. Tiene consecuencias amplias en el plano social, pues afecta en el disfrute de derechos fundamentales y reproduce la desigualdad social. Por lo que es deber de los Estados evitar la profundización de dichas condiciones exclusión histórica y revertir sus efectos para la garantía efectiva de los derechos.

Suprema Corte de Justicia de la Nación, Cumbre Judicial Iberoamericana, *Desigualdad Estructural*,
https://www.scjn.gob.mx/sites/default/files/relaciones-institucionales/documentos/sabias-que/Sabias_que_desigualdad_estructural_abril.pdf

ENFOQUE DE DERECHOS HUMANOS

Un enfoque basado en los derechos humanos permite determinar quiénes tienen derechos (titulares de derechos) y qué libertades y derechos tienen estos en virtud de las normas internacionales de derechos humanos, así como las obligaciones de los responsables de garantizar que los titulares de derechos disfruten de sus derechos (responsables de dar cumplimiento a sus obligaciones). Dicho enfoque permite empoderar a los titulares de derechos para exigir sus derechos y a los garantes de derechos para dar cumplimiento a sus obligaciones. En un enfoque basado en los derechos humanos, la promoción de la rendición de cuentas para cumplir con las obligaciones es una actividad constante; un “ciclo de rendición de cuentas” en todo el ciclo normativo permite asegurar que las políticas y los programas responden a las necesidades de los titulares de derechos, entre ellos, los usuarios de los sistemas de salud.

Organización Mundial de la Salud, Instituciones Nacionales de Derechos Humanos.

ENFOQUE DE GÉNERO

El enfoque de género considera las diferentes oportunidades que tienen los hombres y las mujeres, las interrelaciones existentes entre ellos y los distintos papeles que socialmente se les asignan. Todas estas cuestiones influyen en el logro de las metas, las políticas y los planes de los organismos nacionales e internacionales y por lo tanto, repercuten en el proceso de desarrollo de la sociedad. Género se relaciona con todos los aspectos de la vida económica y social, cotidiana y privada de los individuos y determina características y funciones dependiendo del sexo o de la percepción que la sociedad tiene de él.

<https://www.fao.org/3/X2919S/x2919s04.htm>

EQUIDAD

La equidad es el principio ético normativo asociado a la idea de justicia; bajo este concepto se trata de cubrir las necesidades e intereses de personas que son diferentes, especialmente de aquellas que están en desventaja.

Instituto Nacional de las Mujeres.

FACTORES PROTECTORES DE LA SALUD MENTAL

Son recursos o condiciones con los que cuentan las personas como mecanismo de defensa ante las situaciones de riesgo o vulnerabilidad emocional, favoreciendo el manejo de emociones, la regulación del estrés y permitiéndoles potencializar sus capacidades humanas

Amar, J. A., Llanos, R. A., & Acosta, C. (2003). Factores protectores: Un aporte investigativo desde la psicología comunitaria de la salud. *Psicología desde el caribe. Universidad del Norte*, 11, 107-121. <https://www.upb.edu.co/es/central-blogs/salud-y-bienestar/factores-protectores-en-salud-mental>

INDICADORES EN SALUD MENTAL

Son herramientas fundamentales para evaluar y monitorear el estado de salud mental en una población. Estos indicadores permiten medir aspectos clave como la prevalencia de trastornos mentales, el acceso y uso de servicios de salud mental, y los resultados de los tratamientos. Se dividen en varias categorías según su enfoque y uso:

1. Indicadores de morbilidad y mortalidad: Miden la frecuencia de trastornos mentales y las tasas de mortalidad asociadas a estos trastornos.
2. Indicadores de factores de riesgo comportamentales: Evalúan comportamientos que pueden afectar la salud mental, como el consumo de sustancias o la violencia.
3. Indicadores de servicios de salud: Analizan la disponibilidad, accesibilidad y calidad de los servicios de salud mental, incluyendo el número de profesionales de salud mental y la cobertura de programas de atención.
4. Indicadores de bienestar subjetivo: Evalúan la percepción de bienestar y calidad de vida de las personas

Organización Panamericana de la Salud. (2018). Indicadores de salud. Aspectos conceptuales y operativos. Washington, D.C.: OPS. Disponible en: <https://iris.paho.org/handle/10665.2/49058>

LÍNEA DE VIDA

La vida del ser humano desde el momento mismo de su concepción hasta su vejez, considerando que llevar estilos saludables permite vivir una vida saludable.

Huerta AP. Estilos de vida saludables para una vida saludable. Revista de Salud Pública y Nutrición. 2006;7(1).

MARGINACIÓN

La marginación es un fenómeno multidimensional y estructural que se expresa en la falta de oportunidades y en la desigual distribución del progreso en la estructura productiva, lo que excluye a diversos grupos sociales, incidiendo en los niveles de bienestar y en la creación de capacidades, recursos y, por ende, en el desarrollo.

Consejo Nacional de Población, Índice de Marginación 2015, <https://www.gob.mx/conapo/documentos/indice-de-marginacion-2015-284579>

POBREZA

La pobreza se caracteriza por la insuficiencia (o ausencia) de ingresos y la carencia de los recursos productivos necesarios para asegurar unas condiciones de vida sostenibles. A menudo, se traduce en hambre, malnutrición, malas condiciones de salud, tasas de morbilidad y mortalidad elevadas, instrucción deficiente, hábitat precario e insano.

NACIONES UNIDAS.
<https://www.un.org/es/global-issues/ending-poverty>

PREVENCIÓN DE LAS ENFERMEDADES

La Organización Mundial de la Salud (OMS) definió en 1988 a la prevención en salud como aquellas “medidas destinadas no solamente a prevenir la aparición de la enfermedad, tales como la reducción de factores de riesgo, sino también a detener su avance y atenuar sus consecuencias una vez establecidas”.

De esta manera, la prevención en salud se entiende como aquellas medidas orientadas a prevenir y detener el avance de una enfermedad, así como a aliviar o atenuar sus efectos una vez iniciada. La prevención debe estar basada en el conocimiento de la historia natural de la enfermedad o en cómo evoluciona un proceso patológico cuando no hay intervención médica de por medio.

<https://www.unir.net/revista/salud/prevencion-en-salud/>

PROMOCIÓN DE LA SALUD

La Promoción de la Salud constituye un proceso político y social global que abarca acciones dirigidas a modificar las condiciones sociales, ambientales y económicas, con el fin de favorecer su impacto positivo en la salud individual y colectiva.

OMS, Carta de Ottawa, <https://www.paho.org/es/temas/promocion-salud>

SALUD

La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades.

OMS, ¿cómo define la OMS la salud?

[https://www.who.int/es/about/frequently-asked-](https://www.who.int/es/about/frequently-asked-questions#:~:text=%C2%BFC%C3%B3mo%20define%20la%20OMS%20la,ausencia%20de%20afecciones%20o%20enfermedades%C2%BB)

[questions#:~:text=%C2%BFC%C3%B3mo%20define%20la%20OMS%20la,ausencia%20de%20afecciones%20o%20enfermedades%C2%BB](https://www.who.int/es/about/frequently-asked-questions#:~:text=%C2%BFC%C3%B3mo%20define%20la%20OMS%20la,ausencia%20de%20afecciones%20o%20enfermedades%C2%BB)

SALUD MENTAL

Un estado de bienestar en el cual cada individuo desarrolla su potencial puede afrontar las tensiones de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera, y puede aportar algo a su comunidad.

Por qué la salud mental debe ser una prioridad al adoptar medidas relacionadas con el cambio climático. <https://www.who.int/es/news/item/03-06-2022-why-mental-health-is-a-priority-for-action-on-climate-change#:~:text=La%20OMS%20define%20la%20salud,aportar%20algo%20a%20su%20comunidad%C2%BB>

SALUD MENTAL EN ACTIVIDAD FÍSICA

Todo movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que requiere consumir energía. En la práctica, consiste en cualquier movimiento, realizado incluso durante el tiempo de ocio, para desplazarse, para trabajar o para realizar las actividades domésticas. La actividad física, tanto moderada como intensa, mejora la salud, entre más comunes están: caminar, montar en bicicleta, pedalear, practicar deportes y participar en juegos y actividades recreativas. Todas las personas pueden realizarlas y disfrutar de ellas en función de su capacidad.

Si la actividad física es beneficiosa para la salud y el bienestar, cuando no se practica aumenta el riesgo de padecer enfermedades no transmisibles (ENT) y otros problemas de salud. Conjuntamente, la inactividad física y los hábitos sedentarios contribuyen a aumentar las ENT y suponen una carga para los sistemas de salud.

Está contemplada dentro de las metas mundiales en varios de los Objetivos de Desarrollo Sostenible.

Organización Mundial de la Salud (2024). Actividad física.
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

SALUD MENTAL EN COMUNIDAD

La salud mental comunitaria se centra en ofrecer atención accesible, aceptable y efectiva fuera de entornos institucionales, integrando la prevención, promoción y tratamiento de afecciones mentales comunes como depresión y ansiedad.

Principios de los servicios comunitarios de salud mental: 1) Respetar los derechos humanos y promover la recuperación. 2) Llegar a poblaciones marginadas que de otra manera no tendrían acceso a la atención. 3) Integrarse con otros sectores como vivienda, educación, empleo y protección social.

Organización Mundial de la Salud (2021). Servicios comunitarios de salud mental fundamentados en los derechos.

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

<https://www.who.int/es/news-room/feature-stories/detail/community-based-mental-health-services-using-a-rights-based-approach>

Salud Sexual y Reproductiva - OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud

SALUD MENTAL EN EDUCACIÓN

La salud mental constituye un componente fundamental de la salud general y el bienestar de las personas e influye en la situación académica, social y económica de las personas a lo largo de su vida. Las dos primeras décadas de la vida son un periodo crítico para el desarrollo de competencias básicas que pueden moldear la trayectoria de salud mental de los alumnos. En esta fase concreta de rápido desarrollo y aprendizaje, las niñas, niños y adolescentes (NNA) son altamente susceptibles a influencias ambientales. Las vivencias y los entornos pueden ser perjudiciales para la salud mental; o bien pueden moldearse para que la promuevan y protejan.

WHO, UNESCO & UNICEF (2022). Cinco pilares para promover y proteger la salud mental y el bienestar psicosocial en las escuelas y los entornos de aprendizaje.

[Promoting and protecting mental health in schools and learning environments.pdf](#)

Asesora de la categoría:
Diana Tejadilla

Reconocimiento
Razón de Ser 2026,
Salud Mental
Fundación Merced, A.C.