



PACTO EUROPEO PARA LA SALUD MENTAL Y EL BIENESTAR

Conferencia de alto nivel de la UE
JUNTOS POR LA SALUD MENTAL Y EL BIENESTAR

Bruselas, 12-13 junio 2008



Slovensko predsedstvo EU 2008
Slovenian Presidency of the EU 2008
La Présidence slovène de l'UE 2008



PACTO EUROPEO PARA LA SALUD MENTAL Y EL BIENESTAR

Los participantes en la conferencia de alto nivel de la UE “Juntos por la salud mental y el bienestar” que tuvo lugar el 13 de junio de 2008 reconocemos la importancia y relevancia de la salud mental y el bienestar para la Unión Europea, sus Estados miembros, los actores interesados y sus ciudadanos.

I - RECONOCEMOS QUE

- La salud mental es un derecho humano. Un buen estado de salud mental le permite a los ciudadanos disfrutar del bienestar, de buena salud y de una buena calidad de vida. Además, la salud mental fomenta el aprendizaje, el trabajo y la participación en la sociedad.
- El nivel de salud mental y bienestar de la población es el factor clave que determina el éxito de la UE como una sociedad y economía basada en el conocimiento. Además es un importante factor para la consecución de los objetivos de la estrategia de Lisboa en cuanto al crecimiento y al número de puestos de trabajo, a la cohesión social y al desarrollo sostenible.
- Los trastornos mentales están en aumento en la UE. Actualmente se calcula que casi 50 millones de ciudadanos (cerca del 11% de la población) tienen trastornos mentales, para los que hombres y mujeres desarrollan y muestran diferentes síntomas. La depresión ya es el problema de salud con mayor incidencia en muchos Estados miembros de la UE.
- El suicidio sigue siendo una causa importante de fallecimientos. En la UE, se producen cerca de 58.000 suicidios al año, y las tres cuartas partes de éstos los cometen los hombres. Ocho Estados miembros se encuentran entre los quince países con el nivel más alto de suicidios masculinos en el mundo.
- Los trastornos mentales y el suicidio causan un sufrimiento intenso a los individuos, familias y comunidades; y los trastornos mentales son una causa principal de discapacidad, ya que ejercen una influencia negativa en la salud, educación, economía, el mercado laboral y los sistemas de bienestar social de la UE.
- A través de acciones complementarias y de un esfuerzo combinado a nivel de la UE se puede ayudar a los Estados miembro a abordar estos retos impulsando una buena salud mental y bienestar en la población, reforzando la acción preventiva y la autoayuda y dando apoyo a personas con problemas de salud mental y a sus familias. A esto se añaden las medidas que toman los Estados miembro a través de los servicios sanitarios y sociales y la asistencia sanitaria.

II - ACORDAMOS QUE

- Necesitamos dar un paso político decisivo para hacer de la salud mental y del bienestar una prioridad clave.
- En las acciones que se tomen para la salud mental y el bienestar al nivel de la UE hay que implicar a las personas más relevantes de la esfera política y a los que representan intereses, tanto del sector sanitario como educativo, del ámbito social y del sector de la justicia, a los interlocutores sociales y organizaciones de la sociedad civil.
- Las personas que han experimentado problemas de salud mental tienen una experiencia muy valiosa y deben desempeñar un papel muy importante en la planificación y ejecución de las actuaciones.
- La salud mental y el bienestar de los ciudadanos y grupos, incluidos todos los grupos de edad, géneros, orígenes étnicos y grupos socio-económicos deben impulsarse basándose en intervenciones con metas y destinatarios concretos y que sean sensibles a la diversidad de la población europea.
- Hay que mejorar el conocimiento sobre la salud mental. Esto se consigue recabando datos sobre el estado de la salud mental en la población e invirtiendo en investigación sobre epidemiología, causas, determinantes e implicaciones de la salud mental y enfermedad mental; en las posibilidades de intervención y en las buenas prácticas dentro y fuera de los sectores sociales y sanitarios.

III - SOLICITAMOS LA ACCIÓN EN CINCO ÁREAS PRIORITARIAS

I - PREVENCIÓN DE LA DEPRESIÓN Y DEL SUICIDIO

La depresión es uno de los trastornos mentales más comunes y más graves y uno de los principales factores de riesgo del comportamiento suicida. En la UE, cada 9 minutos fallece un ciudadano a consecuencia del suicidio. Se estima que el número de intentos de suicidio sea diez veces mayor. Los índices de suicidio en los Estado miembro fluctúan en un rango de 12 puntos.

Instamos a los que elaboran políticas y a todos los actores interesados a que tomen las siguientes medidas en la prevención del suicidio y la depresión:

- Mejorar la formación sobre salud mental de los profesionales de la salud y de los actores clave en el sector social;

- Restringir el acceso a potenciales métodos de suicidio;
- Tomar medidas para aumentar la concienciación sobre la salud mental entre el público en general, entre los profesionales de la salud y de otros sectores relevantes;
- Tomar medidas para reducir los factores de riesgo del suicidio como el consumo excesivo del alcohol, las drogas, la exclusión social, la depresión y el estrés;
- Proporcionar mecanismos de apoyo a las personas que hayan intentado suicidarse o a las personas que hayan perdido a un ser querido por el suicidio, como asistencia telefónica que ofrezca apoyo emocional.

II - LA SALUD MENTAL ENTRE LOS JÓVENES Y EN LA EDUCACIÓN

Los fundamentos de una buena salud mental para toda la vida se crean en los primeros años de vida del ser humano. Hasta el 50% de los trastornos mentales se originan durante la adolescencia. Los problemas de la salud mental afectan a entre el 10% y el 20% de los jóvenes, con mayor incidencia en los grupos de población más desfavorecidos.

Instamos a los que elaboran políticas y a todos los actores interesados a que tomen las siguientes medidas en la salud mental de los jóvenes y en la educación:

- Crear patrones de intervención temprana a lo largo de todo el sistema educativo;
- Desarrollar programas para impulsar las habilidades parentales;
- Fomentar la formación en salud mental y bienestar entre los profesionales de la salud, educación, juventud y otros sectores relevantes;
- Impulsar la integración del aprendizaje socio-emocional en las actividades curriculares y extracurriculares y en los centros preescolares y escolares;
- Desarrollar programas para evitar el abuso, el acoso, la violencia hacia los jóvenes y el riesgo a la exclusión social;
- Impulsar la participación de los jóvenes en la educación, la cultura, el deporte y el empleo.

III - LA SALUD MENTAL EN EL ENTORNO LABORAL

El trabajo es beneficioso para la salud física y mental. La salud mental y el bienestar de los trabajadores son un factor clave para la productividad y la innovación en la UE. El ritmo y la naturaleza del trabajo están cambiando, ejerciendo mucha presión sobre la salud mental y el bienestar. Necesitamos acciones para abordar el continuo aumento en el absentismo laboral y la incapacidad, y debemos activar el potencial inutilizado para impulsar la productividad relacionada con el estrés y los trastornos mentales. El entorno laboral desempeña un papel fundamental en la inclusión social de las personas con problemas de salud mental.

Instamos a los que elaboran políticas, a los interlocutores sociales y a todos los actores interesados a que tomen las siguientes medidas sobre la salud mental en el entorno laboral:

- Mejorar la organización laboral, la cultura organizativa y las prácticas de liderazgo para impulsar el bienestar mental en el trabajo y favorecer la conciliación de la vida laboral y la vida familiar;
- Desarrollar programas de salud mental y de bienestar que incluyan proyectos de evaluación y prevención de riesgos para situaciones que pueden tener efectos adversos en la salud mental de los trabajadores (estrés, comportamiento agresivo como la violencia o el acoso en el trabajo, consumo de drogas o alcohol) y patrones de intervención temprana en el trabajo;
- Proporcionar medidas para apoyar la contratación, mantenimiento o rehabilitación y reinserción al trabajo de las personas con problemas de salud mental.

IV - LA SALUD MENTAL DE LAS PERSONAS MAYORES

La población de la UE está envejeciendo. La edad puede acarrear ciertos factores de riesgo para la salud mental y el bienestar, como la pérdida del apoyo social de la familia y los amigos y la emergencia de enfermedades físicas o neuro-degenerativas, como el Alzheimer y otros tipos de demencia. Los índices de suicidio son elevados en las personas mayores. Impulsar un envejecimiento saludable y activo es uno de los objetivos clave de la UE.

Instamos a los que elaboran políticas y a todos los actores interesados a que tomen las siguientes medidas relativas a la salud mental de las personas mayores:

- Facilitar la participación activa de las personas mayores en la vida de la comunidad fomentando su actividad física y las oportunidades educativas;
- Desarrollar esquemas de jubilación flexibles que permitan a las personas mayores seguir en su puesto de trabajo durante más tiempo ya sea a tiempo completo o tiempo parcial;
- Desarrollar medidas para fomentar la salud mental y el bienestar entre las personas mayores que reciben cuidados (médicos y/o sociales) en el ámbito comunitario e institucional;
- establecer medidas de apoyo a los cuidadores.

V - LUCHAR CONTRA LA ESTIGMATIZACIÓN Y LA EXCLUSIÓN SOCIAL

El estigma y la exclusión social son, ambos, factores de riesgo y consecuencia de los trastornos mentales, pudiendo convertirse en grandes barreras para la búsqueda de ayuda y la recuperación.

Instamos a los que elaboran políticas y a todos los actores interesados a que tomen las siguientes medidas para luchar contra la estigmatización y la exclusión social:

- Apoyar campañas y actividades anti-estigmatización como por ejemplo en los medios de comunicación, escuelas y en el lugar de trabajo para impulsar la integración de las personas con trastornos mentales;
- Desarrollar servicios de salud mental que estén bien integrados en la sociedad y que sitúen al individuo como centro de sus actuaciones y que eviten la estigmatización y la exclusión;
- Impulsar la inclusión activa de las personas con problemas mentales en la sociedad, mejorando su acceso a un empleo adecuado y a las oportunidades de formación y educativas;
- Implicar a las personas con problemas de salud mental, a sus familias y cuidadores en los procesos de elaboración de políticas relevantes y toma de decisiones.

IV - LANZAMOS EL PACTO EUROPEO PARA LA SALUD MENTAL Y EL BIENESTAR

El Pacto reconoce que la principal responsabilidad de actuación en esta área la tienen los Estados miembro. Sin embargo, el Pacto se basa en el potencial de la UE de informar, impulsar las mejores prácticas y fomentar la actuación de los Estados miembro y de los interesados, ayudar a superar retos comunes y a abordar desigualdades en el sector de la salud.

El marco de referencia para el Pacto es el acervo político de la UE en salud mental y bienestar derivado de las iniciativas políticas comunitarias en los últimos años, junto a los compromisos a los que han llegado los Ministros de salud de los Estados miembro en la Declaración de la OMS sobre la Salud Mental para Europa de 2005 y otros proyectos legislativos relevantes a nivel internacional como el Convenio de Naciones Unidas para los Derechos de las Personas con Discapacidad.

El Pacto, para apoyar e impulsar la salud mental y el bienestar, reúne a las instituciones europeas, a los Estados miembro, a los sectores afectados, incluyendo a las personas en riesgo de exclusión por razones de salud mental y a la comunidad investigadora. El Pacto refleja su compromiso a largo plazo para el intercambio, la cooperación y la coordinación sobre temas clave.

El Pacto debería facilitar el seguimiento de tendencias y actividades en los Estados miembro y de los sectores interesados. Al estar basado en las mejores prácticas europeas,

debería ayudar a proporcionar recomendaciones para la acción y el progreso al abordar sus temas prioritarios.

V - POR LO TANTO, INVITAMOS

- A los Estados miembro y a los principales representantes de otros sectores de la sociedad civil de la UE y organizaciones internacionales a unirse al Pacto Europeo para la Salud Mental y el Bienestar y a contribuir en su aplicación;
- A la Comisión Europea y a los Estados miembro, junto con las organizaciones internacionales relevantes y partes interesadas:
 - a establecer mecanismos para el intercambio de información;
 - a trabajar juntos para identificar buenas prácticas y factores de éxito en acciones políticas y acciones de otros grupos de interés para abordar los temas prioritarios del Pacto, y para desarrollar recomendaciones y planes de acción apropiados;
 - a comunicar los resultados de dicho trabajo a través de una serie de conferencias sobre los temas prioritarios del Pacto a celebrar en los próximos años;
- A la Comisión Europea a proporcionar una propuesta, durante 2009, de Recomendación para Consejo sobre la Salud Mental y el Bienestar;
- A la Presidencia para que informe al Parlamento Europeo y al Consejo de Ministros así como al Comité Económico y Social y al Comité de las Regiones sobre el proceso y resultados de esta conferencia.

