

SALUD MENTAL Y CONSUMOS PROBLEMÁTICOS

La **Municipalidad de Santa Fe**, dentro del área de Salud, cuenta con un **equipo interdisciplinario** que lleva adelante dos líneas de trabajo:

- Promoción de la Salud Mental y Prevención de los consumos problemáticos.
- Contención primaria para el abordaje de personas en situación de consumos problemáticos de sustancias psicoactivas.

¿Sabías que, en Argentina desde el 2010, existe una Ley de Salud Mental (N°26.657)? La misma no solo regula las instituciones e intervenciones, sino que nos invita a pensar la Salud Mental desde un lugar integral y que nos involucra a todos.

A partir de dicha ley, ¿Qué entendemos por Salud Mental?

La Salud Mental es un proceso singular que construimos desde la primera infancia y a lo largo de cada etapa de nuestra vida. En este sentido, Salud Mental es mucho más que hablar de padecimiento o enfermedad, es hablar de la historia de cada sujeto respecto de las diferentes dimensiones de su vida diaria: contexto, biología, psicología, conjunto de creencias, ideales y anhelos.

Entonces... Desde esta perspectiva, ¿Qué podemos hacer por nuestra Salud Mental?

No existe una única respuesta a esta pregunta. Cada persona puede pensar aquello que diariamente protege su salud mental **-factores de protección-** y aquello que la pone en riesgo **-factores de riesgo-**.

Algunos ejemplos que protegen nuestra salud mental pueden ser darnos tiempo para descansar, realizar actividades que nos gusten, encontrar espacios para compartir con otros, trabajar en proyectos, entre muchas otras posibilidades.

A la hora de pensar en los padecimientos de Salud Mental, ¿Cuáles son los más frecuentes?

El padecimiento subjetivo es el **modo singular en que una persona experimenta, interpreta y vive su propio sufrimiento**, comprendido en su entorno vincular y su contexto social. Por lo tanto, no reducimos el padecimiento subjetivo sólo a la presencia de un diagnóstico psiquiátrico. Tal es así que **1 de cada 3 personas presenta un padecimiento en S.M.**, dentro de los cuales, los más frecuentes son los siguientes:

- Ansiedad.
- Estado de ánimo, entre ellos la depresión.
- Consumos Problemáticos de sustancias psicoactivas. (*Según la Ley de Salud Mental N°26.657 "Las adicciones deben ser abordadas como parte integrante de las políticas de salud mental".*)

¿Qué derechos tenemos en caso de requerir acompañamiento?

- A una atención integral y humanizada, con acceso gratuito, igualitario y equitativo.
- A que tu identidad y tus grupos de pertenencia sean preservados.
- A recibir tratamiento promoviendo la integración familiar, laboral y comunitaria.
- A ser acompañado antes, durante y luego del tratamiento.
- A no ser discriminado por el padecimiento mental que estás atravesando o que atravesaste.
- A ser informado de manera adecuada y comprensible de los derechos y lo relacionado a tu tratamiento.
- A tomar decisiones relacionadas con tu atención y tratamiento.

No todo padecimiento subjetivo implica una urgencia.

¿Qué es una urgencia? Es una situación transitoria que irrumpe y altera las funciones psíquicas, el desempeño habitual y el equilibrio vital de una persona. Supone un alto nivel de padecimiento, de tal manera que la persona, el entorno y/o el personal sanitario, consideran que requiere **atención inmediata**.

Ante una urgencia, ¿dónde acudir?

- *Servicio de Emergencias 107*
- **Guardias de Salud Mental en Hospitales Generales** (en Santa Fe: Mira y López, Nuevo Iturraspe, Cullen, Protomédico).

Números útiles para abordajes de Consumos Problemáticos:

- *Dirección de Abordajes de Consumos Problemáticos. Número de whatsapp: 342 5121532.*
- **0800 777 5000:** solicitar contactarse con el área de Salud del Municipio.
- **0800-268-5640** -Línea gratuita APRECOD (Agencia de Prevención de Consumo de Drogas y Tratamiento Integral de las adicciones)-
- **141** - Línea gratuita SEDRONAR, 24 hs, 365 días del año

La salud mental se construye en comunidad