



Mental  
Health  
Europe

Promover la comprensión del

# Modelo psicosocial de la salud mental



# **Promover la comprensión del modelo psicosocial de la salud mental**

**2025**

**Descargo de responsabilidad: Este documento ha sido traducido del inglés utilizando un software de traducción automática; por lo tanto, no se garantiza la exactitud de la traducción.**

## Contenido

Introducción.....	4
¿Qué es la salud mental? .....	4
¿Qué es la Convención de las Naciones Unidas sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (UN CRPD)? .....	5
¿En qué se diferencia el modelo psicosocial de salud mental del modelo biomédico? .....	6
Características comunes del modelo psicosocial .....	7
Aplicación del modelo psicosocial de salud mental en la práctica .....	11
El lenguaje y la salud mental .....	26
Conclusión.....	26
Referencias.....	26

## Introducción

En Mental Health Europe creemos que, como sociedad, existe una necesidad urgente de reordenar nuestras prioridades en la forma en que abordamos los problemas de salud mental. Los seres humanos son seres sociales y, si se pregunta a las personas cuál es el origen de su malestar mental o psicológico, la mayoría se referirá a acontecimientos que han trastornado sus vidas, sus relaciones y su forma de ver el mundo. Sin embargo, la forma en que se presentan los problemas de salud mental a la gente común es, en la mayoría de los casos, como enfermedades o problemas médicos que se derivan de defectos en el cerebro o en la composición genética y que pueden controlarse con medicamentos o, a veces, incluso con prácticas coercitivas. Además de ser una perspectiva profundamente pesimista, muchas personas también consideran que los efectos de este tipo de tratamiento les hacen sentir peor y alejan aún más la esperanza de recuperarse.

Si queremos mejorar la vida de las personas con problemas de salud mental y si queremos prevenir mejor los problemas de salud mental, necesitamos un enfoque diferente, uno que aborde directamente los determinantes sociales de la salud mental y las experiencias vividas por las personas. A esto lo llamamos modelo psicosocial. En esencia, se trata de reconocer que formamos parte de una red de relaciones personales, sociales y comunitarias que, en un momento dado, pueden no funcionar debido a una pérdida, un duelo, un trauma, la pobreza o cualquier otro factor que nos haga sentir tristes, ansiosos, desesperados o perdidos, pero que, con la ayuda adecuada, con el tiempo pueden empoderarse para permitir la recuperación y una vida mejor.

En este conjunto de herramientas analizamos en qué puede consistir la ayuda adecuada. El recurso aborda requisitos previos importantes para la recuperación, como el respeto de los derechos humanos de la persona y el principio del consentimiento informado para el tratamiento. También ofrece ejemplos de enfoques psicosociales exitosos en muchas partes de Europa, que ilustran lo que se puede lograr si reordenamos nuestras prioridades. No nos hacemos ilusiones sobre la magnitud de esta tarea. Fuerzas poderosas, como los sistemas jurídicos de la mayoría de los países, las instituciones mundiales y el poder financiero de la industria farmacéutica, que influyen en los medios de comunicación, las políticas, la educación médica y la información que reciben los médicos sobre cómo tratar los problemas de salud mental, tienden a eclipsar la búsqueda de alternativas. A pesar de ello, los enfoques psicosociales siguen prosperando y cambiando la vida de las personas que tienen la suerte, el valor y el apoyo para probarlos. Si tus seres queridos (o tú mismo) sienten la necesidad de buscar algo más allá de un tipo de tratamiento que no parece funcionarles, o si estás buscando mejorar los servicios de los que eres responsable, sigue leyendo. Descubrirás que no estás solo en tu búsqueda.

**Este conjunto de herramientas proporciona directrices y buenas prácticas sobre el modelo psicosocial y cómo funciona en la práctica en diferentes sectores y para diferentes actores.**

## ¿Qué es la salud mental?

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la salud mental como «un estado de bienestar en el que cada persona realiza su propio potencial, puede hacer frente al estrés normal de la vida, puede trabajar de manera productiva y fructífera, y es capaz de hacer una contribución a su comunidad». Según esta definición, la salud mental puede entenderse como un componente integral de la salud y el bienestar que sustenta nuestras capacidades individuales y colectivas para tomar decisiones, establecer relaciones y dar forma al mundo en el que vivimos. La salud mental es un derecho humano básico y es fundamental para el desarrollo y el bienestar de las personas y de la sociedad.

Existe la idea errónea de que algunas personas están destinadas a sufrir problemas de salud mental debido a una predisposición genética o a una supuesta debilidad de carácter. La realidad es que la salud mental de una persona puede verse influida por una serie de factores que van más allá de los rasgos personales y la predisposición genética: acontecimientos vitales, condiciones socioeconómicas, relaciones, preocupaciones medioambientales y climáticas, por mencionar algunos.

Dado que la salud mental significa tener un nivel de bienestar que permite a una persona contribuir a su comunidad, la mala salud mental y sus factores de riesgo también tienen un impacto en el bienestar general y la economía de las sociedades. Por ejemplo, el Foro Económico Mundial prevé que el coste acumulado de la pérdida de productividad debido al malestar psicológico y al suicidio durante el período 2020-2025 ascenderá a 114 000 millones de dólares, incluidos 11 000 millones de dólares en pérdida de productividad entre los jóvenes.

Más allá del valor intrínseco de la salud mental, los costes que puede acarrear una mala salud mental son razones adicionales para abordar los factores de riesgo para la salud mental en aras de la salud y el bienestar tanto de las personas como de las sociedades. Para ello, es esencial analizar nuestra comprensión del malestar mental, la mala salud mental y cómo eso se traduce en el tipo de atención y apoyo disponibles en materia de salud mental.

## ¿Qué es la Convención de las Naciones Unidas sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (UN CRPD)?

La Convención de las Naciones Unidas sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (CRPD) es un tratado internacional de derechos humanos adoptado en 2006 que reafirma que todas las personas con discapacidad deben disfrutar de todos los derechos humanos y libertades fundamentales. La convención promueve los derechos de las personas con discapacidad y subraya que todas las personas con discapacidad tienen derecho a participar en la vida civil, política, económica, social y cultural de la comunidad.

La adopción de la Convención de las Naciones Unidas sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (UN CRPD) en 2006 también ha tenido implicaciones para los sistemas de salud mental, ya que el Comité sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad, encargado de supervisar el cumplimiento de esta convención, ha declarado en su jurisprudencia que la institucionalización y el internamiento y/o el tratamiento no consentidos, el aislamiento y la restricción llevados a cabo sobre la base de una discapacidad, deficiencia o condición de salud real o percibida, como problemas de salud mental o discapacidades psicosociales, violan los derechos humanos.

La UN CRPD ha cambiado la forma en que entendemos la discapacidad, incluida la discapacidad psicosocial. Este importante cambio se conoce como un cambio de paradigma: de un modelo biomédico a un modelo psicosocial de salud mental. La UN CRPD exige que los servicios de salud mental se alejen de las prácticas coercitivas, excesivamente medicalizadas y aislantes, y se orienten hacia sistemas que respeten los derechos humanos de las personas, estén basados en la comunidad, brinden apoyo y empoderen a las personas con discapacidades psicosociales para que vivan de forma independiente.

La CDPD fue firmada y ratificada (es decir, aprobada) por la Unión Europea y por todos sus Estados miembros, lo que impone a los responsables la obligación de cumplir y proteger los derechos de las personas con discapacidad, incluidas las discapacidades psicosociales. Esto también exige que las legislaciones nacionales sobre salud mental estén más orientadas a lo social y menos a lo médico, y

que se ajusten a la CDPD. Sin embargo, esto aún no es así, a pesar de que todos los gobiernos han ratificado la convención.

## ¿En qué consiste el modelo psicosocial de salud mental frente al modelo biomédico?

La comprensión de la salud mental puede provenir de muchos marcos diferentes. Una de las distinciones más comunes es la que se establece entre los modelos biomédico y psicosocial.

El modelo biomédico es uno de los marcos más antiguos empleados para comprender la salud mental y abordar los problemas de salud mental. Este modelo postula que la salud mental de un individuo está condicionada por sus genes y su cerebro, y que los problemas de salud mental son el resultado de ciertas características biológicas e individuales. Este enfoque centra la atención en la enfermedad, los factores biomédicos y la predisposición genética. Promueve formas de tratamiento que son principalmente médicas y farmacológicas, e incluso podría sugerir que, dado que los problemas de salud mental se entienden como derivados del cerebro y la genética, podría no haber posibilidad de una recuperación significativa para un individuo.

Siguiendo estas suposiciones, el modelo biomédico pone énfasis en la discapacidad mental y en lo que una persona no puede hacer. Esta interpretación ha llevado a menudo a la creencia de que las personas con problemas de salud mental pueden ser consideradas inferiores o inadecuadas para contribuir a la sociedad. Se las ve como un problema, una carga o un peligro, con pocas o ninguna posibilidad de recuperación. La concepción biomédica de la salud mental ha llevado a menudo a la legitimación de políticas, leyes y prácticas que excluyen a las personas con problemas de salud mental de la sociedad o, en el mejor de los casos, permiten la prestación de un nivel mínimo de atención (a menudo por caridad o lástima, y sin tener en cuenta el interés superior de la persona ni su pleno consentimiento).

Sin embargo, en las últimas décadas, este enfoque ha sido objeto de críticas. La atención comenzó a desplazarse del enfoque en la discapacidad mental atribuida a una persona a las barreras creadas por la sociedad y los factores que podrían haber afectado negativamente al bienestar mental de un individuo desde el principio. Con pocas pruebas científicas que apunten a marcadores genéticos o diferencias en las funciones cerebrales que puedan predecir o identificar de forma fiable los problemas de salud mental, la comprensión de la salud mental comenzó a cambiar.

### El modelo psicosocial

En este contexto surgió el modelo psicosocial de la salud mental. Este enfoque llama la atención sobre el hecho de que las experiencias humanas son variadas y que hay una serie de factores determinantes que influyen en la vida de una persona (por ejemplo, factores socioeconómicos, nivel de educación, acontecimientos vitales difíciles o traumáticos, entorno). Las estructuras y prácticas sociales, así como los determinantes socioeconómicos y ambientales, se consideran influencias más importantes que la supuesta predisposición de una persona. En lugar de centrarse en las discapacidades o afecciones individuales, este modelo se centra en estas barreras y en cómo superarlas, mediante un apoyo y unos ajustes adecuados, para allanar el camino hacia la recuperación.

Según este modelo, la recuperación no se consigue únicamente mediante tratamiento médico. Una recuperación adecuada implica varios elementos (por ejemplo, terapia, apoyo de pares, ajustes razonables, políticas inclusivas) y siempre debe basarse en opciones, elecciones y control. La recuperación es un viaje personal y puede variar mucho de una persona a otra. Sin embargo, siempre es posible recibir apoyo y llevar una vida significativa integrada en la comunidad.

El modelo psicosocial de la salud mental se aleja de la concepción de los problemas de salud mental como una cuestión individual causada por factores biomédicos y predisposición genética. Este modelo reconoce que la salud mental es un aspecto de toda experiencia humana y que puede verse influida por diversos factores determinantes. Como tal, el enfoque psicosocial considera que la prevención, el apoyo y el respeto de los derechos de las personas son fundamentales para abordar los problemas y los retos. También se centra en los esfuerzos colectivos y los cambios para abordar los factores de riesgo y promover la inclusión. Siguiendo este enfoque, las personas con problemas de salud mental son consideradas y tratadas en igualdad de condiciones con las demás.

### Características comunes del modelo psicosocial

Si bien es necesario comprender el modelo psicosocial de salud mental, la aplicación de este enfoque es fundamental para crear formas eficaces de apoyo y sistemas de salud que sean fiables y sostenibles. El modelo psicosocial puede aplicarse de manera amplia en diferentes contextos. Si bien cada aplicación se adaptará a las necesidades y realidades del contexto, hay características claras que siguen siendo comunes a todas las aplicaciones del modelo.

#### **Respeto de los derechos humanos de la persona**

Para promover una salud mental y un bienestar auténticos, es esencial adoptar un enfoque basado en los derechos humanos, centrado en la persona y basado en la recuperación. Un enfoque de la atención de la salud mental basado en los derechos exige la igualdad de acceso a una atención y un apoyo de calidad que sean holísticos y consensuados. Esto incluye el derecho a dar o denegar el consentimiento para el tratamiento. El Comité de la Convención de las Naciones Unidas sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad y los Relatores Especiales de las Naciones Unidas se han referido explícitamente a la hospitalización y el tratamiento forzados como violaciones de los derechos humanos fundamentales. La Convención de las Naciones Unidas sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad también prohíbe la discriminación contra las personas con problemas de salud mental, lo que también es relevante en ámbitos ajenos al sector sanitario. El imperativo de los derechos humanos de participación, que a menudo se traduce en la cocreación<sup>4</sup> en materia de salud mental, ha demostrado que puede conducir a soluciones personalizadas satisfactorias que proporcionan un apoyo de calidad y respetan los derechos humanos<sup>5</sup>.

#### **Asociación en igualdad de condiciones**

Las políticas, las legislaciones y las normas sociales a menudo marginan aún más a las personas con discapacidades psicosociales o problemas de salud mental, lo que alimenta la discriminación. La CRPD de las Naciones Unidas y, por lo tanto, el enfoque psicosocial, pueden ayudar a dismantelar esto fomentando la asociación en pie de igualdad y desplazando el foco hacia las barreras sociales que impiden a las personas participar en la sociedad en igualdad de condiciones con los demás.

La prestación de apoyo en materia de salud mental debe basarse en una asociación en pie de igualdad. Por ejemplo, consultando y hablando con la persona que necesita ayuda (y, en algunos casos, con su familia o comunidad) sobre los tipos de apoyo disponibles que podrían ser adecuados y útiles. La

relación entre la persona que sufre angustia y la persona o personas que la apoyan (por ejemplo, un defensor, un amigo, un trabajador de apoyo del empleador, un médico, un psicólogo y un terapeuta) debe ser una asociación entre iguales, en la que los que prestan apoyo no traten de controlar a la persona, sino de estar a su lado o acompañarla. Una relación de igualdad favorece la equidad en la atención de la salud mental y la prestación de una atención que refleje las necesidades de la persona. Más allá del sector de la atención sanitaria, una relación de igualdad facilita la «capacidad de acción» personal y garantiza que las personas dispongan del espacio que necesitan en la comunidad para encontrar soluciones psicosociales, en lugar de verse privadas de poder. Este enfoque reafirma además que todas las personas con discapacidades e, incluidas las personas con discapacidades psicosociales, son titulares de derechos y participantes en igualdad de condiciones en la sociedad.

### **Los objetivos personales y los resultados en el camino hacia la recuperación son autodeterminados**

La autodeterminación y la agencia se refieren a la capacidad de cada persona para tomar decisiones y gestionar su propia vida. En esencia, esto repercute en la salud mental de una persona, ya que la autodeterminación permite a las personas sentir que tienen control sobre sus decisiones y sus vidas. Los sistemas de salud mental deben abarcar y fomentar el apoyo autodeterminado y personalizado para las personas que padecen problemas de salud mental. Los enfoques centrados en la persona pueden garantizar una atención más personalizada y eficaz, ya que sabemos que el malestar está causado por una amplia variedad de factores, como se ha explicado anteriormente. Esto es esencial, ya que la renovación de la autodeterminación es una parte fundamental de la recuperación de los problemas de salud mental.

La promoción de la autodeterminación puede incluir el acceso a información fiable sobre los derechos, el apoyo a la salud mental, el apoyo de los compañeros, cómo conectar con otras personas que puedan estar experimentando los mismos problemas o que hayan vivido la misma experiencia (por ejemplo, redes de apoyo, grupos de autoayuda), iniciativas de inclusión social, apoyo a la vida independiente, la educación y el empleo, y espacio para experimentar con diversas intervenciones y estrategias de recuperación<sup>6</sup>.

### **Participación de las comunidades**

La participación de las redes sociales, familiares y comunitarias a las que pertenece una persona es un enfoque ampliamente reconocido para promover eficazmente la salud mental, prevenir los problemas de salud mental y diseñar soluciones de salud mental personalizadas. Esto permite a la persona aprovechar las estructuras de apoyo existentes y crear otras nuevas, las relaciones familiares y los vínculos con la comunidad, en lugar de depender del apoyo institucional. Esto puede llevar a la persona a sentir que tiene control sobre las situaciones difíciles, con el apoyo adecuado. Además, las comunidades desempeñan un papel fundamental en la prevención y la lucha contra el estigma de la salud mental. Hoy en día, los servicios comunitarios se consideran la columna vertebral de los servicios basados en los derechos que deben promover enfoques de recuperación holísticos y el derecho a la capacidad jurídica, el consentimiento informado, la participación y la inclusión en la comunidad. Muchos de ellos son conocidos por respetar los derechos humanos, ser accesibles, asequibles y de alta calidad. Intrínsecamente, la atención comunitaria puede lograr mantener las relaciones familiares, las amistades y el empleo en función de las preferencias de la persona, al tiempo que recibe atención de salud mental o apoyo social. Esto contrasta enormemente con las intervenciones



biomédicas, en las que se abusa de la medicación y se receta en exceso como primera respuesta y, a menudo, como respuesta a largo plazo.

### **Reconocer las experiencias vividas y valorar el apoyo de los compañeros**

El respeto de los derechos humanos en la atención y las prácticas de salud mental requiere un enfoque centrado en la persona, basado en las identidades únicas y las experiencias vividas por cada individuo. Por ello, las personas con experiencia vivida en problemas de salud mental o los expertos por experiencia («usuarios de servicios» o «antiguos usuarios») deben ser reconocidos como expertos en su propia experiencia y contribuir a mejorar los resultados en materia de salud mental. Este término se refiere a personas con experiencia vivida que han adquirido conocimientos especializados sobre su propia experiencia y el sistema de salud mental. A menudo alzan la voz y defienden los derechos de sus compañeros. Ofrecer un espacio para la diversidad de opiniones de personas y grupos con experiencia vivida puede ayudar a comprender dónde se encuentran los retos y las deficiencias críticos en la atención y el apoyo a la salud mental. Las reformas y adaptaciones de los sistemas y prácticas de atención de la salud mental y de las políticas en sectores que afectan a la salud mental (por ejemplo, el empleo, la educación o la vivienda) deben estar influenciadas por las personas con experiencia vivida, a través de un diálogo y una participación significativos, ya que son las más indicadas para proponer soluciones adecuadas.

En algunos casos, las razones de la adopción inadecuada del modelo psicosocial pueden deberse a la falta de consideración de las realidades prácticas o las experiencias vividas por las personas afectadas. Por lo tanto, para lograr con éxito el cambio de paradigma del modelo biomédico al modelo psicosocial, es necesario aprovechar los conocimientos especializados de las personas con experiencia vivida y de quienes las apoyan, e involucrarlas activamente en el diseño, el desarrollo, el seguimiento y la evaluación de las prácticas y los servicios de salud mental.

La participación de los pares en la prestación de apoyo en materia de salud mental es fundamental para transformar los sistemas de salud mental, ya que las personas con experiencia vivida aportan comprensión, resiliencia y confianza a los servicios. El apoyo entre pares puede ayudar a las personas a alcanzar y mantener el bienestar, y a desenvolverse de manera más eficiente en el sistema social y de salud mental. Dependiendo del contexto del país, la participación de los pares puede adoptar muchas formas, desde especialistas en apoyo entre pares hasta servicios independientes gestionados por pares. El apoyo entre pares también puede ser eficaz para aumentar la concienciación sobre la salud mental a través de la educación, al tiempo que se abordan las normas sociales perjudiciales.

### **Buscar narrativas esperanzadoras**

No existe una solución única para el apoyo y la atención de la salud mental, y la recuperación es parte de un proceso humano normal. Trabajar en el desarrollo de narrativas más esperanzadoras sobre uno mismo y los demás puede ayudar en el proceso de recuperación de una persona.

### **Prácticas holísticas**

Los servicios psicosociales holísticos son esenciales para abordar plenamente las necesidades sociales, personales y psicológicas de las personas, así como para promover la prevención de los problemas de salud mental. La atención holística incluye la participación de equipos multidisciplinarios y la promoción de soluciones psicosociales en lugar de médicas. Esto puede incluir el trabajo con expertos con diversas habilidades o la derivación a ellos para apoyar la salud mental y el bienestar de las personas. Además, también puede implicar trabajar en estrecha colaboración con otros departamentos y sectores para obtener apoyo a la hora de abordar los factores sociales que pueden

afectar a la salud mental de una persona, como la vivienda. Para ello, es fundamental contar con vías de derivación adecuadas y con la cooperación entre los servicios. Naturalmente, estos sistemas que aplican el enfoque psicosocial permiten a las personas recibir y acceder a servicios adaptados a sus necesidades únicas y complejas. Un enfoque holístico de la salud mental en todas las políticas también puede promover la buena salud mental, prevenir los problemas de salud mental y, en última instancia, reducir el estigma y la discriminación y crear comunidades resilientes. Los Estados también necesitan sistemas de financiación más flexibles para lograr un enfoque holístico e intersectorial de la salud mental.

## Aplicación del modelo psicosocial de salud mental en la práctica

A continuación se presentan algunos ejemplos no exhaustivos de enfoques que pueden aplicarse en diferentes ámbitos, tales como:

- Salud y apoyo comunitario
- Educación y sensibilización
- Empleo
- Digitalización
- Ruralidad
- Enfoque de cocreación / Participación significativa
- Vivienda
- Migración
- Ocio
- Toma de decisiones compartida

Nombre	Quién puede implementarlo	A quién contactar	Resumen del enfoque	Cómo aplicar el enfoque	Enlace
<b>Salud y apoyo comunitario</b>					
Clubhouse	Gobiernos, autoridades locales, proveedores de servicios, escuelas, organismos públicos	<a href="#">Clubhouse Europe</a>	<p>Un club social es un centro comunitario que ofrece oportunidades a personas con problemas de salud mental y aplica el modelo de club social.</p> <p>Hay más de 300 Clubhouses en todo el mundo, 80 de los cuales se encuentran en Europa. Los Clubhouses promueven la recuperación, el bienestar y la inclusión social de las personas que viven con problemas de salud mental en toda Europa, abogando por el uso de Clubhouses de rehabilitación psicosocial basados en la evidencia. Su objetivo es ayudar a las personas con problemas de salud mental a conseguir empleo, educación y vivienda, al tiempo que les ofrecen la posibilidad de entablar relaciones, acceder a apoyo en materia de salud mental y participar en actividades recreativas.</p>	Apoye la expansión y la sensibilización sobre los Clubhouses que ya existen.	<a href="#">Clubhouse Europe</a>

Nombre	Quién puede implementarlo	A quién contactar	Resumen del enfoque	Cómo aplicar el enfoque	Enlace
Bru-Stars	Autoridades públicas, proveedores de servicios o asistencia sanitaria	Bru-Stars	<p>Bru-Stars es la red de salud mental de Bruselas para niños y adolescentes creada en el marco de la política belga de salud mental. La red Bru-Stars apoya el desarrollo, la realización y la recuperación e es de los niños y adolescentes en el ámbito de la salud mental, respetando su bienestar y sus derechos fundamentales.</p> <p>Esta red reúne a todos los socios (neerlandófonos, francófonos, bilingües y multilingües) de Bruselas. La coordinación de esta red corre a cargo de la Plataforma de Consulta para la Salud Mental de la Región de Bruselas-Capital.</p>	Las autoridades públicas deben apoyar la expansión de la prestación de servicios de salud mental comunitarios y la reorientación de los fondos de la atención psiquiátrica institucional, a través de redes como Bru-Stars.	<a href="#">Bru-Stars</a>
Unidad de Servicios de Salud Mental Mieppi	Gobiernos (Ministerio de Sanidad) y autoridades locales	<a href="#">División de Servicios Sociales y Atención Sanitaria de la ciudad de Helsinki</a>	<p>La Unidad de Servicios de Salud Mental Mieppi (Helsinki, Finlandia), de fácil acceso, ofrece apoyo a través del diálogo para promover el bienestar mental. Mieppi presta servicios gratuitos a adultos y jóvenes mayores de 13 años. Las unidades de servicio de Mieppi se encuentran en las zonas de Haaga, Kalasatama y Myllypuro, en Helsinki. Las personas pueden acudir a cualquier unidad, independientemente de su lugar de residencia.</p> <p>Mieppi cuenta con profesionales de la salud mental con los que los jóvenes pueden hablar en persona o a distancia.</p>	Los gobiernos deben garantizar que la población general disponga de asistencia gratuita en materia de salud mental.	<a href="#">Unidad de Servicios de Salud Mental Mieppi</a>
Las Unidades Móviles de Salud Mental (MMHU) de la Sociedad de Psiquiatría Social P. Sakellaropoulos		<a href="#">Sociedad de Psiquiatría Social P. Sakellaropoulos</a>	<p>Las Unidades Móviles de Salud Mental (MMHU) operan dentro de la comunidad local griega y en estrecha colaboración con ella mediante un equipo interdisciplinario. Las MMHU incluyen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Psiquiatras, psicólogos, logopedas, trabajadores sociales, enfermeros y otros profesionales de la salud mental que visitan de forma regular y sistemática pequeñas ciudades o pueblos y les prestan apoyo.</li> </ul>	Los gobiernos deben apoyar el desarrollo y la expansión de la asistencia comunitaria en materia de salud mental, como las Unidades Móviles de Salud Mental (MMHU).	<a href="#">Las Unidades Móviles de Salud Mental (MMHU)</a>



Nombre	Quién puede implementarlo	A quién contactar	Resumen del enfoque	Cómo aplicar el enfoque	Enlace
			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cooperación con el personal médico local, así como con personas clave de la comunidad, como las fuerzas del orden, las autoridades locales o los profesores, etc., para garantizar la continuidad de la atención y el apoyo psicosocial.</li> <li>- Facilitación de programas en las escuelas para la prevención primaria y el tratamiento de problemas de salud mental u otros problemas de desarrollo entre niños y adolescentes.</li> <li>- Servicio de atención telefónica para la intervención en casos de crisis, con la colaboración esencial del grupo social. Un equipo está disponible las 24 horas del día para la intervención en casos de crisis, respondiendo a crisis psiquiátricas agudas de personas con problemas de salud mental, a personas que han sido hospitalizadas y a personas con problemas de salud mental y movilidad. El equipo puede visitar a las personas para prestarles apoyo a domicilio cuando sea necesario.</li> </ul>		
Ley italiana 180, «La reforma de la atención psiquiátrica», aprobada en 1978	Gobiernos	Gobierno italiano	<p>En Italia, la Ley 180/1978 ordenó el cierre de los hospitales psiquiátricos a nivel nacional, un paso importante en el proceso de desinstitucionalización.</p> <p>La legislación permitió el desarrollo de mayores experiencias psicosociales en la comunidad, como alternativa a los tratamientos hospitalarios y forzados.</p>	Revisar la reforma italiana de la atención psiquiátrica e introducir legislación que impulse el cambio hacia la desinstitucionalización.	<a href="#">Informe: Cómo la Ley 180 en Italia ha remodelado la psiquiatría después de 30 años: actitudes pasadas, tendencias actuales y necesidades no satisfechas.</a>
Sistema de salud mental de Trieste	Estados miembros	<a href="#">Autoridad Sanitaria Universitaria Giuliano Isontina</a>	El sistema de salud mental de Trieste en Italia se basa en un enfoque de la atención y el apoyo basado en los derechos humanos. Estas redes reflejan el desarrollo de servicios de salud mental comunitarios que están fuertemente	Revisar y replicar el sistema de salud mental de Trieste para aumentar el cambio hacia la desinstitucionalización.	<a href="#">Salud mental en Trieste</a>

Nombre	Quién puede implementarlo	A quién contactar	Resumen del enfoque	Cómo aplicar el enfoque	Enlace
			<p>integrados y conectados con múltiples actores comunitarios de diversos sectores.</p> <p>El modelo de Trieste es un ejemplo pionero de desinstitucionalización y salud mental comunitaria. La premisa central del modelo de Trieste es que el tratamiento de la salud mental debe situar a las personas en el centro del sistema de atención sanitaria.</p>		
El modelo Soteria	Autoridades públicas, proveedores de atención sanitaria o servicios	<a href="#">La red Soteria del Reino Unido</a>	<p>El proyecto Soteria, iniciado en San José, California (EE. UU.), por el psiquiatra Loren Mosher, ofrece una alternativa comunitaria a la psiquiatría tradicional para personas que sufren trastornos mentales o se encuentran en una crisis emocional o social. El modelo Soteria:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hace hincapié en la autonomía y los derechos humanos de los residentes. Se centra en preservar las relaciones sociales, familiares y comunitarias de las personas y en un uso mínimo de la medicación antipsicótica.</li> <li>- Representa un enfoque compasivo y eficaz para las personas con trastornos mentales, permitiéndoles superarlos de una manera no coercitiva y no opresiva.</li> </ul>	Las partes interesadas pertinentes deben revisar el modelo Soteria para apoyar la expansión de la prestación de servicios de salud mental comunitarios.	<a href="#">La red Soteria del Reino Unido</a>
Evaluación de las necesidades sanitarias: El impacto de la COVID-19 en los niños y las experiencias de violencia y experiencias adversas en la infancia (Informe)	Agencias y partes interesadas que trabajan con niños y jóvenes	<a href="#">Unidad de Prevención de la Violencia de Gales</a>	Este informe está financiado por Public Health Wales y examina el impacto de la COVID-19 en las experiencias de violencia y las experiencias adversas en la infancia de los niños y jóvenes. La evaluación también proporciona las mejores prácticas para mitigar los impactos negativos de la COVID-19 en los niños y jóvenes.	Las partes interesadas que trabajan para mitigar los efectos negativos de la COVID-19 (y otras situaciones de emergencia) en los niños y jóvenes deben tener en cuenta las buenas prácticas compartidas y aplicarlas si son pertinentes para ellos. Las mejores prácticas se centran en el mantenimiento de los servicios y la retención del personal, la intervención temprana, las finanzas y la financiación, las iniciativas de formación (incluido el «bienestar en la educación»), el acceso a la información y la sensibilización, las	<a href="#">Resumen ejecutivo</a> <a href="#">Informe completo</a>

Nombre	Quién puede implementarlo	A quién contactar	Resumen del enfoque	Cómo aplicar el enfoque	Enlace
				iniciativas de coproducción, la respuesta específica de los gobiernos y los enfoques interinstitucionales.	
Un enfoque de evaluación del impacto en el bienestar mental: Proteger el bienestar mental de nuestras generaciones futuras: aprender de la COVID-19 a largo plazo	Gobiernos, proveedores de educación y servicios, y la sociedad civil en general	<a href="#">Salud Pública de Gales</a>	La evaluación del impacto en el bienestar mental ofrece soluciones para evaluar y mejorar políticas, programas, servicios o proyectos, con el fin de garantizar el máximo impacto equitativo en el bienestar mental de las personas.	La herramienta es flexible y puede utilizarse de forma prospectiva, simultánea o retrospectiva. También puede aplicarse en futuras emergencias o acontecimientos sin precedentes para comprender rápidamente y responder a los posibles impactos concurrentes en el bienestar mental.	<a href="#">Proteger el bienestar mental de nuestras generaciones futuras: aprender de la COVID-19 a largo plazo</a>
<b>Educación y sensibilización</b>					
Planes de educación, salud y atención (EHCP)	Gobiernos (Ministerio de Salud y Educación ) y autoridades locales	<a href="#">Departamento de Educación</a>	<p>El plan de educación, salud y asistencia (EHCP) se deriva de la <a href="#">Ley de Niños y Familias de 2014</a>, que introdujo un sistema e e de apoyo para los padres y cuidadores de niños y jóvenes de entre 0 y 25 años con necesidades educativas especiales o discapacidades. Un EHCP solo puede emitirse después de que un niño o joven haya pasado por el proceso de evaluación de las necesidades de educación, salud y asistencia. Los EHCP aplican enfoques centrados en la persona y son documentos legalmente vinculantes.</p> <p>El documento EHCP debe enumerar todas las necesidades educativas especiales del niño, las medidas para satisfacer cada una de ellas y debe ser específico, detallado y cuantificado. El plan nombra la escuela o centro que va a proporcionar las medidas y es legalmente exigible en última instancia a través de una revisión judicial.</p> <p>Un niño con necesidades educativas también puede tener necesidades adicionales de salud y asistencia social, que pueden incluirse en el plan siempre que estén relacionadas con la educación.</p> <p>Siempre que sea posible, el plan debe incluir cuatro temas:</p>	<p>Los gobiernos y las autoridades locales deben comparar los EHCP con los sistemas nacionales relacionados con el apoyo a los padres y cuidadores de niños y jóvenes de entre 0 y 25 años con necesidades educativas especiales o discapacidades.</p> <p>Siempre que sea posible, introducir planes similares que se desarrollen mediante la creación conjunta con los niños, los jóvenes y los padres o cuidadores.</p>	<a href="#">GOV.UK: Niños con necesidades educativas especiales y discapacidades (SEND)</a>

Nombre	Quién puede implementarlo	A quién contactar	Resumen del enfoque	Cómo aplicar el enfoque	Enlace
			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aprendizaje y empleo futuro.</li> <li>- Hogar e independencia.</li> <li>- Amigos, relaciones y comunidad.</li> <li>- Salud y bienestar.</li> </ul> <p>Las autoridades locales deben elaborar un plan para los niños o jóvenes cuyas necesidades no puedan satisfacerse con el presupuesto previsto en las escuelas o centros educativos ordinarios. Deben desarrollar el plan junto con el niño, el joven y sus padres o cuidadores.</p> <p>Por lo tanto, es posible que un niño reciba un presupuesto personal si tiene un EHCP o se le ha informado de que lo necesita.</p>		
Enik Recovery College	Gobiernos, autoridades locales, ONG	<a href="#">Enik Recovery College</a>	<p>Enik Recovery College es una academia de recuperación en los Países Bajos. Es un entorno de aprendizaje y un lugar de encuentro para personas que han sufrido trastornos debido a su vulnerabilidad psicológica o adicción, y que desean trabajar en su (mayor) recuperación. Crean que la recuperación personal prospera en un entorno de personas con experiencias similares, sin médicos ni consejeros. Enik está gestionado al 100 % por compañeros.</p> <p>Su programa ofrece talleres y actividades breves, formaciones y grupos de trabajo semanales y retiros entre semana.</p>	Expandir y apoyar las universidades de recuperación en toda Europa y fomentar la recuperación a través del apoyo entre pares.	<a href="#">Enik Recovery College</a>
Serie de guías breves de MHE sobre salud mental	Público en general	<a href="#">Mental Health Europe</a>	<p>Mental Health Europe ha publicado una serie de guías breves (disponibles en diferentes idiomas) para ayudar a las personas que tienen contacto personal con el sistema de salud mental, ya sea durante o después de recibir un diagnóstico, a mantenerse mejor informadas.</p> <p>Las guías breves son las siguientes:</p>	Comparte ampliamente la serie para apoyar el aumento de la alfabetización en salud mental.	<a href="#">Serie de guías breves de MHE</a>



Nombre	Quién puede implementarlo	A quién contactar	Resumen del enfoque	Cómo aplicar el enfoque	Enlace
			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Guía breve sobre la recuperación personal en salud mental.</li> <li>- Guía breve sobre el diagnóstico psiquiátrico.</li> <li>- Guía breve para jóvenes adultos sobre salud mental.</li> <li>- Guía breve para poner fin a la coacción y la restricción en los servicios de salud mental.</li> <li>- Guía breve sobre fármacos psiquiátricos.</li> <li>- Guía para la recuperación personal en salud mental.</li> </ul>		
ABC de la salud mental	Gobierno (Ministerio de Salud y Educación) y autoridades locales, escuelas, comunidades	<a href="#">Universidad de Copenhague</a>	<p>El ABC de la salud mental es la primera iniciativa universal de promoción de la salud mental pública basada en la investigación en Dinamarca.</p> <p>El objetivo de ABC es apoyar a las comunidades activas y significativas creando las mejores condiciones y entornos posibles para la salud mental y el bienestar. Esta iniciativa ha demostrado ser aplicable y adecuada en diversos entornos, como guarderías, escuelas primarias, clubes deportivos y otros.</p>	Revisar, ampliar y apoyar el ABC de la salud mental para aumentar los conocimientos sobre salud mental y fomentar una participación significativa de la comunidad.	<a href="#">El ABC de la salud mental</a>
Programa «Jóvenes conscientes de la salud mental» (YAM)	Gobierno (Ministerio de Salud y Educación) y autoridades locales, escuelas	Mental Health in Mind International AB (MHIM) y <a href="#">el Instituto Karolinska</a>	<p>Youth Aware of Mental Health (YAM) es un programa de promoción de la salud mental que anima a los jóvenes a trabajar juntos para reflexionar y abordar los retos de salud mental a los que se enfrentan de una manera reflexiva e interactiva.</p> <p>YAM permite a los estudiantes debatir sobre cuestiones relacionadas con la salud mental en un entorno seguro, ofrecer apoyo emocional a otras personas, reconocer los signos de depresión y tendencias suicidas, adoptar comportamientos orientados a la búsqueda de ayuda y acceder a recursos donde pueden obtenerla. El programa también ayuda a los estudiantes a sentirse empoderados como expertos en su propia salud mental y a considerar diferentes enfoques cuando se enfrentan a retos vitales.</p>	Los gobiernos deben apoyar los programas de promoción de la salud mental que animan a los jóvenes a dar prioridad a su salud mental. El objetivo no debe ser encontrar soluciones únicas para la salud mental, sino tener en cuenta cómo se sienten las diferentes personas, las posibles razones de sus acciones y qué tipo de apoyo pueden necesitar en cada situación.	<a href="#">Jóvenes conscientes de la salud mental (YAM)</a>

Nombre	Quién puede implementarlo	A quién contactar	Resumen del enfoque	Cómo aplicar el enfoque	Enlace
			Los métodos utilizados para facilitar las sesiones incluyen juegos de rol, debates abiertos y reflexiones, ejercicios basados en experiencias y temas planteados, énfasis en el apoyo entre compañeros y apoyo y facilitación por parte de instructores cualificados.		
El Centro de Experiencias Adversas en la Infancia de Gales (parte del Centro Colaborador de la Organización Mundial de la Salud (OMS CC) en Salud Pública de Gales	Autoridades públicas, profesores, padres y sectores relevantes (vivienda, policía y justicia penal, servicios de trabajo con jóvenes y deporte) que se relacionan con los jóvenes	<a href="#">Gobierno de Gales</a>	<p>El ACE Hub Wales apoya a la sociedad galesa para ayudar a crear un Gales consciente de las ACE y convertir a Gales en líder en la lucha, la prevención y la mitigación de las ACE. Promueven el intercambio de ideas y el aprendizaje, y desafían y cambian las formas de trabajar, para que juntos se pueda romper el ciclo de las experiencias adversas en la infancia (ACE).</p> <p>Desde el principio, una de las prioridades ha sido apoyar el desarrollo de un <a href="#">enfoque escolar integral de la salud mental y el bienestar</a>, y garantizar que todas las escuelas de Gales sean conscientes de las ACE, inclusivas y sensibilizadas con los traumas, ayudando a los niños a prosperar y a tener el mejor comienzo en la vida.</p> <p>Con financiación específica del Gobierno de Gales, han trabajado con escuelas primarias y secundarias de todo Gales, impartiendo formación específica para garantizar que todas las personas que participan en el entorno escolar sean conscientes de las ACE y sean capaces de responder con confianza al trauma.</p>	Desarrollar un enfoque similar a nivel nacional para apoyar a las organizaciones, comunidades, sectores y sistemas a fin de prevenir, mitigar y apoyar a quienes han sufrido ACE y traumas mediante enfoques y prácticas informados sobre el trauma.	<a href="#">El Centro de Experiencias Adversas en la Infancia de Gales</a>
Vivir y aprender juntos: sensibilización, prevención y mejora de la resiliencia psicológica en las comunidades escolares	Autoridades públicas, escuelas	<a href="#">Sociedad de Psiquiatría Social P. Sakellaropoulos</a>	<p>Programa de salud mental en la educación escolar para niños y jóvenes de primaria y secundaria (de 5 a 18 años) en ocho regiones de Grecia.</p> <p>El programa incluye:</p>	Adoptar intervenciones similares en las aulas de los sistemas escolares para promover la alfabetización en salud mental.	<a href="#">Vivir y aprender juntos: sensibilización, prevención y mejora de la resiliencia psicológica en las</a>

Nombre	Quién puede implementarlo	A quién contactar	Resumen del enfoque	Cómo aplicar el enfoque	Enlace
			<ul style="list-style-type: none"> <li>- la promoción de la salud mental mediante el fortalecimiento de la resiliencia mental en la comunidad escolar.</li> <li>- sensibilización para promover los derechos humanos y eliminar el estigma.</li> <li>- Prevención de problemas mentales mediante talleres experienciales de formación y psicoeducación.</li> <li>- Ofrecer una intervención oportuna en situaciones de crisis en la comunidad escolar, estableciendo vínculos afectivos y empoderando a los grupos/estudiantes vulnerables.</li> </ul>		<a href="#">comunidades escolares</a>
Una nueva forma de pensar sobre la salud mental (Proyecto)	Todas las partes interesadas	<a href="#">Pfalzlinikum</a>	Una nueva forma de pensar sobre la salud mental, un proyecto en Alemania, proporciona recursos sobre cómo se enmarca la salud mental. Incluye vídeos y recursos que ilustran cómo diferentes personas pueden experimentar problemas de salud mental y cómo puede variar el apoyo.	Revisar y difundir los recursos del proyecto.	<a href="#">Proyecto: Una nueva forma de pensar sobre la salud mental</a>
Campaña: «Borramos el estigma. Por nuestra palabra: Campaña para combatir el estigma de la salud mental en el discurso público».	Gobiernos	<a href="#">Sociedad de Psiquiatría Social P. Sakellaropoulos</a>	<p>El proyecto se propuso poner de relieve los efectos del discurso estigmatizador del público y los medios de comunicación en relación con la salud mental y promover la (auto)defensa y la protección de los derechos de las personas afectadas. Se realizó un esfuerzo sistemático para formar a periodistas y profesionales de los medios de comunicación e influir en los organismos públicos pertinentes, al tiempo que se hacía hincapié en el empoderamiento y la participación de la sociedad civil.</p> <p>El proyecto incluyó la investigación y el desarrollo de herramientas de formación y seminarios de capacitación, una campaña específica, recomendaciones e es y actividades de promoción para pedir un cambio institucional y el fortalecimiento de la participación de la sociedad civil.</p>	Los gobiernos deben apoyar las campañas de sensibilización para garantizar una mayor defensa de las personas con dificultades psicosociales y la reducción del estigma de la salud mental en los medios de comunicación y el discurso público.	<a href="#">«Borramos el estigma. Palabra nuestra: Campaña para combatir el estigma de la salud mental en el discurso público».</a>

Nombre	Quién puede implementarlo	A quién contactar	Resumen del enfoque	Cómo aplicar el enfoque	Enlace
<b>Empleo</b>					
Colocación y apoyo individualizados (IPS)	Gobiernos	Organización y expertos en IPS, por ejemplo, <a href="#">el Centro de Empleo IPS</a>	La colocación y el apoyo individualizados (IPS) son una forma de apoyo para que las personas con discapacidades psicosociales se incorporen (o se reincorporen) al mercado laboral. Se considera el servicio de apoyo más eficaz, ya que las pruebas demuestran que las personas con discapacidades psicosociales tienen mayores tasas de búsqueda y mantenimiento de empleo (en comparación con otros servicios de apoyo), así como menores tasas de recaídas y hospitalización.	Este servicio lleva muchos años en funcionamiento y se ha extendido por todo el mundo (también por los países europeos). Los gobiernos y las partes interesadas pertinentes deben consultar a los países que ya han implementado el IPS y garantizar que este apoyo esté disponible a nivel nacional en colaboración con las personas con discapacidades psicosociales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Más información del <a href="#">Servicio Ejecutivo de Salud de Irlanda (HSE)</a></li> <li>- Más información del <a href="#">Centro de Empleo IPS</a></li> </ul>
<b>Digitalización</b>					
El modelo Attend Anywhere	Autoridades públicas, proveedores de servicios o asistencia sanitaria	<a href="#">Attend Anywhere</a>	<p>Attend Anywhere es un sistema basado en la web que ayuda a los proveedores del sector público a ofrecer acceso a sus servicios mediante videollamadas como parte de sus operaciones habituales.</p> <p>El sistema mejora la vida de las personas y ayuda a abordar los retos de acceso, equidad y sostenibilidad en la asistencia sanitaria y otros ámbitos.</p>	<p>Attend Anywhere se fundó en Melbourne (Australia), pero el sistema también se utiliza ampliamente en el Servicio Nacional de Salud de Escocia (bajo el nombre de <a href="#">«Near Me»</a>) y en el Servicio Nacional de Salud de Gales. El sistema permite a los pacientes ver a un médico a través de una videollamada segura y concertada previamente. Los pacientes pueden utilizar un ordenador, un smartphone o una tableta.</p> <p>Los gobiernos pueden adoptar el modelo Attend Anywhere o garantizar que también se produzcan herramientas digitales similares a nivel nacional.</p>	<a href="#">Sitio web de Attend Anywhere</a>
INERA	Gobiernos	<a href="#">INERA</a>	La plataforma nacional sueca (INERA) es la empresa de digitalización de los municipios y las regiones encargada de desarrollar el bienestar. INERA ocupa una posición única en	Revisar INERA y garantizar que se dispone de un actor unificador a nivel nacional para la digitalización en los municipios y regiones.	<a href="#">INERA</a>



Nombre	Quién puede implementarlo	A quién contactar	Resumen del enfoque	Cómo aplicar el enfoque	Enlace
			<p>el mercado : ser el actor unificador a nivel nacional para la digitalización en los municipios y las regiones.</p> <p>INERA incluye el tratamiento digital y el apoyo a la terapia cognitivo-conductual para abordar problemas de salud mental como la depresión y la ansiedad.</p> <p>El tratamiento cognitivo-conductual en línea ha registrado altas tasas de demanda, especialmente por la flexibilidad que ofrece tanto a los pacientes como a los profesionales — con una tendencia al alza en su uso— y permite a estos últimos tener una mayor capacidad de pacientes y adaptar la distribución del tiempo a los pacientes según sus necesidades.</p>		
<b>Ruralidad</b>					
On Feirm Ground: bienestar para los agricultores	Gobiernos, ONG	<a href="#">La Red de Desarrollo Masculino</a>	<p>On Feirm Ground es la primera iniciativa sobre salud para agricultores en Irlanda.</p> <p>Un informe publicado ofrece conclusiones y recomendaciones con una hoja de ruta clara para el desarrollo y la puesta en marcha de un programa de formación en salud para agricultores diseñado a medida, con el fin de ayudar a los asesores agrícolas a apoyar y orientar de forma segura y eficaz a los agricultores en cuestiones de salud.</p>	<p>Consulte el informe On Feirm Ground - Bienestar para los agricultores, que incluye recomendaciones claras. Identifique cómo se puede replicar una iniciativa de salud para agricultores, si es necesario.</p>	<p>Informe: <a href="#">«On Feirm Ground»: Una evaluación formativa para informar el diseño de un programa de formación sobre salud para agricultores a medida.</a></p>
Recursos de asistencia a los agricultores para la resiliencia mental (proyecto FARMRes)	Gobiernos, ONG	<a href="#">CEJA - Consejo Europeo de Jóvenes Agricultores</a>	<p>El proyecto FARMRes tiene como objetivo sensibilizar a los agricultores sobre cuestiones de salud mental y orientarlos en la configuración de su vida cotidiana, así como de su entorno empresarial y personal. Se trata de sensibilizar y prevenir, así como de detectar y prestar primeros auxilios a los agricultores, sus familias y sus asesores.</p>	<p>Revise los resultados de este proyecto para comprender mejor y aplicar las recomendaciones pertinentes sobre:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sensibilización: la importancia de la salud mental para el éxito de la agricultura y el bienestar de los agricultores.</li> </ul>	<p><a href="#">Recursos de asistencia a los agricultores para la resiliencia mental (Proyecto FARMRes)</a></p>

Nombre	Quién puede implementarlo	A quién contactar	Resumen del enfoque	Cómo aplicar el enfoque	Enlace
				<ul style="list-style-type: none"> <li>- Proporcionar: a los agricultores, sus familias y los asesores o asociaciones de agricultores las herramientas necesarias para prevenir, detectar y ayudar en caso de problemas de salud mental e es o potenciales.</li> <li>- Fomento: desarrollo económico y social sostenible en el sector agrícola y las zonas rurales a través del bienestar y la salud mental.</li> </ul>	
<b>Enfoque de cocreación / Compromiso significativo</b>					
Enfoque de cocreación para la salud mental	Todas las partes interesadas	<a href="#">Salud mental en Europa</a>	La cocreación se basa en las siguientes cuatro P (participantes, principios, proceso y narrativa personal). Se trata de un enfoque colaborativo en el que todos los actores clave en materia de salud mental trabajan juntos en pie de igualdad para desarrollar y aplicar políticas, legislación, servicios y comunicación que respeten los derechos y la libertad de elección y fomenten la salud mental.	Adoptar un enfoque de co-creación a todos los niveles para garantizar que las políticas y las medidas en materia de salud mental sean elaboradas por personas con experiencia vivida y sus defensores, y reflejen así el enfoque psicosocial y basado en los derechos que necesita la sociedad.	<a href="#">Mental Health Europe</a>
El Marco de Participación (basado en el Modelo de Participación de Lundy)	Responsables políticos, ONG y profesionales/partes interesadas que trabajan con niños y jóvenes	<a href="#">Hub na nÓg</a> (creado en Irlanda por el Departamento de Infancia, Igualdad, Discapacidad, Integración y Juventud)	<p>El Marco de Participación fue desarrollado por la profesora Laura Lundy, de la Universidad de Queens. Ofrece orientación a los responsables de la toma de decisiones sobre los pasos a seguir para dar a los niños y jóvenes una voz significativa en la toma de decisiones.</p> <p>El marco se basa en la Convención de las Naciones Unidas sobre los Derechos del Niño (1989), la Convención de las Naciones Unidas sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (2006) y la Estrategia Nacional sobre la Participación de los Niños y los Jóvenes en la Toma de Decisiones.</p>	El marco puede ser aplicado por los departamentos gubernamentales, las agencias y las organizaciones para mejorar su práctica de escuchar a los niños y jóvenes y darles voz en la toma de decisiones.	<a href="#">El Marco de Participación</a>
<b>Vivienda</b>					

Nombre	Quién puede implementarlo	A quién contactar	Resumen del enfoque	Cómo aplicar el enfoque	Enlace
Housing First Europe Hub	Gobiernos, ONG, fundaciones y expertos en personas sin hogar	<a href="#">Housing First Europe Hub</a>	<p>El Housing First Europe Hub es una plataforma europea que reúne a una red europea de organizaciones, fundaciones, gobiernos y expertos que trabajan juntos para promover la ampliación de Housing First como una respuesta sistémica eficaz a la falta de vivienda en toda Europa.</p> <p>Se centra en actividades conjuntas para compartir conocimientos y ampliar Housing First. Los socios del Hub están comprometidos con los principios básicos de Housing First, tal y como se establecen en la <a href="#">Guía de Housing First Europe</a>.</p>	<p>Descubra los recursos del sitio web del Centro Housing First Europe, que están disponibles para todo el mundo. Póngase en contacto con el Centro para obtener más información sobre sus cursos de formación, investigaciones y otros programas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <a href="#">Housing First Europe Hub</a></li> <li>- <a href="#">Documento que analiza la relevancia de Housing First como intervención en salud mental e .</a></li> </ul>
<b>Migración</b>					
Salud mental para la migración: serie de vídeos para refugiados	Gobiernos, actores que trabajan con migrantes y refugiados	<a href="#">Instituto Finlandés de Salud y Bienestar</a>	<p>El sitio web incluye una serie de vídeos psicoeducativos que hemos creado conjuntamente con refugiados. Este sitio web ofrece vídeos sobre salud mental y bienestar. Los vídeos enseñan a las personas cómo cuidar bien de sí mismas en su nuevo país de acogida. También incluye información de profesionales, así como las experiencias de otras personas que se han trasladado a Finlandia.</p> <p>El sitio web ofrece la opción de elegir el tema de interés o simplemente verlos todos de principio a fin.</p>	<p>El Gobierno apoyará la creación de recursos y formación accesibles desde el punto de vista lingüístico, con el fin de aumentar los conocimientos sobre salud mental de las comunidades de migrantes (incluidos los migrantes indocumentados) y refugiados.</p>	<a href="#">Salud mental para la migración: serie de vídeos para refugiados</a>
<b>Ocio (arte y creatividad, cultura, deportes)</b>					
Casas OverKop	Autoridades sanitarias y responsables políticos	<a href="#">OverKop</a>	<p>Hay 30 casas OverKop en Bélgica repartidas por Flandes y Bruselas. Las casas OverKop están abiertas a jóvenes de hasta 25 años, a quienes se les ofrece un lugar seguro para relacionarse con otros jóvenes, encontrar una comunidad que les escuche, participar en actividades y talleres y, si es necesario, recibir apoyo de profesionales de la salud mental.</p>	<p>Los gobiernos deberían financiar y crear espacios seguros similares donde los jóvenes puedan encontrar una comunidad y apoyo en materia de salud mental.</p>	<a href="#">OverKop</a>

Nombre	Quién puede implementarlo	A quién contactar	Resumen del enfoque	Cómo aplicar el enfoque	Enlace
			Los jóvenes también pueden conectarse con Overkop a través del sistema de chat en línea entre las 6 y las 10 de la noche (excepto los domingos y festivos).		
Kit de herramientas educativas para federaciones deportivas	El kit de herramientas está dirigido a una amplia gama de personas e instituciones: desde federaciones deportivas nacionales hasta instituciones europeas.	<a href="#">ONG Europea del Deporte (ENGSO)</a>	El kit de herramientas «Proteger la salud mental de los jóvenes deportistas» fomenta una trayectoria educativa y saludable en el deporte de élite desde una edad temprana.	Las federaciones deportivas nacionales y las partes interesadas pertinentes deben tener en cuenta y aplicar las recomendaciones clave de este kit de herramientas sobre cómo apoyar mejor la salud mental de los deportistas.	<a href="#">Kit de herramientas: proteger la salud mental de los jóvenes deportistas</a>
<b>Toma de decisiones compartida</b>					
El Programa del Defensor del Pueblo Personal de Suecia	Autoridades nacionales y locales, ONG pertinentes	<a href="#">PO-Skåne</a>	<p>«Personligt Ombud Skåne» o «PO» es un programa que iniciado en 1995 por personas con discapacidades psicosociales, como un «servicio controlado por los usuarios con agentes personales».</p> <p>El defensor del pueblo es una persona profesional y altamente cualificada, normalmente un abogado o un trabajador social, que trabaja exclusivamente para su cliente y no colabora con los servicios psiquiátricos o sociales ni con ninguna otra autoridad, ni con los familiares del cliente ni con ninguna otra persona.</p> <p>El Defensor del Pueblo dedica mucho tiempo y esfuerzo a generar confianza y garantizar que los usuarios reciban la ayuda y los servicios a los que tienen derecho y que desean. El Comité de las Naciones Unidas sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad lo considera un modelo adecuado para la toma de decisiones con apoyo, ya que el Defensor del Pueblo permite a las personas tomar y</p>	<p>Desarrollar y establecer una financiación permanente para el sistema del Defensor del Pueblo con el fin de limitar las prácticas coercitivas y reducir el número de crisis de salud mental.</p> <p>PO-Skåne está trabajando en la transferencia del programa a otros países. La organización ofrece actualmente formación a las organizaciones interesadas.</p>	<a href="#">PO Skåne</a>

Nombre	Quién puede implementarlo	A quién contactar	Resumen del enfoque	Cómo aplicar el enfoque	Enlace
			comunicar decisiones con respecto a asuntos personales o legales.		



## o del lenguaje y la salud mental

Las palabras tienen una gran influencia en nuestra forma de pensar y actuar. Utilizamos palabras o construcciones similares para categorizar y dar sentido al mundo. Dependiendo de la sociedad en la que vivimos y de nuestras experiencias personales, asociamos las palabras con conceptos, movimientos sociales u opiniones específicos.

A lo largo de los últimos siglos, e incluso en las últimas décadas, hemos visto cómo el lenguaje utilizado en relación con la salud mental ha cambiado drásticamente. Las palabras que utilizamos dicen algo sobre de dónde queremos alejarnos o hacia dónde queremos ir. Al utilizar palabras, es bueno comprender su historia y lo que representan (o representaban) en una sociedad o comunidad específica. Para comprender la conexión entre el lenguaje y el enfoque psicosocial de la salud mental, consulte el Glosario de MHE.

## Conclusión

El objetivo de este conjunto de herramientas es facilitar la adopción de las mejores prácticas psicosociales en diferentes sectores de Europa, aumentando la comprensión del modelo psicosocial de la salud mental. Para lograrlo, hemos identificado características comunes que sirven de apoyo en la implementación del enfoque psicosocial, además de proporcionar ejemplos concretos de cómo se puede implementar el modelo psicosocial. Dado que los determinantes sociales de la salud mental también trascienden sectores, regiones, fronteras y datos demográficos, existe una necesidad urgente de comprender de manera holística, coherente y más clara el enfoque psicosocial y cómo debe aplicarse en la práctica. Esperamos que pueda criticar y cuestionar los sistemas actuales con la ambición de cambiarlos para mejor. Si bien los ejemplos que figuran en este conjunto de herramientas pueden ayudar a las partes interesadas a reconocer cómo se aplica el enfoque psicosocial, no se trata de una lista exhaustiva y debe servir como guía. Se puede encontrar más información, acciones y prácticas en todos los documentos vinculados y referenciados a continuación, así como en: [www.mhe-sme.org](http://www.mhe-sme.org).

## Referencias

1. 2021, Mental Health Europe, [\*Guía breve para poner fin a la coacción y la restricción en los servicios de salud mental\*](#).
2. 2014, Peter Kinderman, «Get the Message Right: A Psychosocial Model of Mental Health and Well-being» (Entender bien el mensaje: un modelo psicosocial de salud mental y bienestar).
3. 2017, Mental Health Europe, [\*Cartografía y comprensión de la exclusión\*](#)
4. 2006, Sytema S, [\*La salud mental en la encrucijada: la promesa del enfoque psicosocial\*](#), Revista Internacional de Atención Integrada
5. 2022, Glosario: «Salud mental: el poder del lenguaje», disponible en el sitio web de MHE/Biblioteca/Recursos.



Co-funded by the  
European Union

*No obstante, las opiniones y puntos de vista expresados son exclusivamente los de los autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea ni los del programa CERV de la Comisión Europea. Ni la Unión Europea ni la autoridad concedente se hacen responsables de ellos.*