

renew europe.

**HACIA UNA ESTRATEGIA
EUROPEA INTEGRAL
DE SALUD MENTAL**

DOCUMENTO DE ORIENTACIÓN

Índice

Introducción	3
Efectos de la pandemia de COVID-19 en la salud mental.....	5
Nuestras prioridades estratégicas.....	7
Necesidad de una acción concreta de la Unión sobre salud mental.....	7
Desarrollo de una estrategia europea integral de salud mental.....	8
Unión Europea de la Salud	9
Recuperación: preparar el terreno para unos sistemas de salud mental más resilientes tras la crisis de la COVID-19	10
Acceso a la atención y el tratamiento.....	11
La salud mental en la respuesta y la preparación ante emergencias	12
Ampliación de la salud mental electrónica en Europa	13
Aumento de la gestión de datos y mejora de los conocimientos sobre salud mental.....	13
Afrontar la discriminación, las violaciones de los derechos humanos y el estigma	14
Salud mental en el lugar de trabajo.....	15
Conocimiento e innovación	15
Perspectivas de futuro	16
REFERENCIAS	17

Introducción

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la salud mental es «un estado de bienestar en el que el individuo realiza sus capacidades, supera el estrés normal de la vida, trabaja de forma productiva y fructífera, y aporta algo a su comunidad».

Por consiguiente, la salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades. Son muchas las formas en que la salud física y la mental se interrelacionan y se refuerzan entre sí. Por ejemplo, una mala salud mental constituye un factor de riesgo de condiciones físicas crónicas. Por otra parte, las personas que presentan condiciones físicas crónicas corren el riesgo de tener una mala salud mental.

La salud mental tiene un papel fundamental en nuestra capacidad individual y colectiva como seres humanos para pensar, sentir emociones, interactuar entre nosotros, ganarnos la vida y disfrutarla, por lo que incide de forma significativa en el crecimiento económico y la sostenibilidad. Por ello es fundamental reconocer que una buena salud mental de la población genera beneficios tanto humanos como económicos.

Partiendo de esta base, la promoción, la protección y la recuperación de la salud mental debe considerarse una cuestión vital para las personas, las comunidades y las sociedades de todo el mundo.

Las enfermedades mentales han aumentado en Europa y en el resto del mundo durante décadas. Antes de que comenzara la pandemia de COVID-19, en la Unión se habían diagnosticado problemas de salud mental a [84 millones de personas \(es decir, una de cada seis\)](#). De acuerdo con los [datos de la OCDE](#), una de cada dos personas tendrá algún problema de salud mental a lo largo de su vida. Según una [encuesta](#) elaborada por la Organización Internacional del Trabajo sobre la COVID-19 y los jóvenes, a causa de la pandemia, uno de cada dos jóvenes (de 18-29 años) posiblemente padecen depresión y ansiedad, y uno de cada seis se ven probablemente afectados.

Ya se preveía un incremento sustancial de la necesidad de apoyo psicológico y a la salud mental para los próximos años. Por desgracia, la aparición de la COVID-19 únicamente ha contribuido a agravar esta realidad, muy extendida y [en gran medida estigmatizada](#) entre los ciudadanos. Esta realidad que afecta a las vidas, el bienestar y la salud de

las personas, conlleva un enorme coste económico y social, que asciende al [4 % del total del PIB de la Unión](#). Además, los problemas de salud mental constituyen una de las principales causas de incapacidad laboral de corta y de larga duración, así como de la baja productividad en el trabajo.

La pérdida de ingresos, tanto de las personas que padecen problemas de salud mental como de los miembros de su familia que se encargan de cuidarlos y prestarles apoyo, generan costes adicionales indirectos.

Por consiguiente, la salud mental es una cuestión transversal que puede afectar positiva y negativamente al bienestar, la cohesión, los resultados económicos y la productividad a largo plazo de la sociedad. Una mala salud mental también [incrementa los costes por incapacidad laboral y además puede generar una carga para los sistemas educativo y de justicia](#).

La salud mental, que ya constituía un grave problema antes de la pandemia de COVID-19, sigue siendo una cuestión cada vez más urgente sobre la que se debe actuar, a fin de garantizar el bienestar de todos los ciudadanos de la Unión. Tras varias iniciativas específicas y dirigidas sobre salud mental llevadas a cabo en el pasado, como el Marco europeo de actuación en materia de salud mental y bienestar y la Brújula de la UE para la Actuación en materia de Salud Mental y Bienestar, a las que no se dio un seguimiento adecuado, ahora la Unión avanza en salud mental de forma integrada.

Mientras la COVID-19 azotaba nuestros países, sacudía nuestras economías y alteraba las relaciones entre las personas, el estado general de la salud mental se ha deteriorado drásticamente en todos los Estados miembros. Por ello es esencial hacer que la salud mental forme parte de la recuperación de la Unión, reconociendo que también es un factor económico y que parece existir un desajuste entre la carga de enfermedades mentales y la atención y el dinero que se destina para afrontarla.

Han sido numerosos los llamamientos a incrementar la implicación de la Unión en aspectos de salud mental, y su coordinación. En las últimas Conclusiones del [Consejo de Empleo, Política Social, Sanidad y Consumidores\(EPSCO\)](#) se invitó a la Comisión Europea a **proponer una «Estrategia de salud mental para la UE»**, teniendo en cuenta los efectos transversales de las distintas políticas sobre salud mental. Hasta la fecha, la Comisión no ha adoptado ninguna medida concreta para elaborar un plan de este tipo ni se menciona en su [Programa de trabajo para 2021](#) o [para 2020](#).

Asimismo, el Parlamento Europeo también ha manifestado la necesidad de aumentar la actuación en materia de salud mental a nivel de la Unión en su [resolución, de 19 de febrero de 2009, sobre la salud mental, de 10 de julio de 2020, sobre la estrategia de salud pública de la Unión Europea después de la COVID-19](#) y [de 17 de abril de 2020, sobre la acción coordinada de la Unión para luchar contra la pandemia de COVID-19 y sus consecuencias](#).

Es el momento de reflexionar sobre las lecciones extraídas de la pandemia de COVID-19 y reforzar las medidas y la cooperación sobre salud mental en Europa. Las medidas independientes de los Estados miembros o las autoridades regionales no resolverán las necesidades cada vez mayores de salud mental ni serán sostenibles en el futuro. Se necesita urgentemente un enfoque estratégico europeo común.

Efectos de la pandemia de COVID-19 en la salud mental

La pandemia de COVID-19 está teniendo efectos desastrosos y de gran alcance para las vidas de las personas, su bienestar y sus medios de subsistencia. También pone a prueba nuestra capacidad de respuesta ante situaciones imprevistas y de incertidumbre, que ejercen una presión adicional sobre las vidas cotidianas de las personas y los sistemas de salud.

Desde la propagación de la COVID-19 a comienzos de 2020, el número de personas que aseguran tener una mala salud mental se ha triplicado. Algunas afirman no haber tenido problemas de salud mental antes, mientras que otras que presentaban **condiciones preexistentes** han sentido que se agravaban. Las restricciones del confinamiento y el aislamiento, la ansiedad por la transmisión del virus, el estrés, la pérdida de interacciones sociales, las incertidumbres y las presiones económicas han afectado a la salud mental y el acceso a la atención, y los han deteriorado y amplificado. [Según estudios recientes](#), los primeros meses de cuarentena estricta han causado un mayor estrés psicológico, síntomas de estrés postraumático, depresión, mayores niveles de estrés, preocupación patológica, nerviosismo, alteraciones de sueño, irritabilidad y miedo. Asimismo, se prevé un aumento de los niveles de soledad, consumo nocivo de alcohol y drogas y autolesiones o conductas suicidas. Estos factores de estrés, además de nuevas realidades como el teletrabajo, el desempleo temporal,

la educación en casa para niños y alumnos y la falta de contacto físico y de rutinas cotidianas, han añadido dificultades a los ciudadanos para hacer frente a esta nueva realidad.

Además, para algunas personas también se ha visto incrementada la **carga de cuidado** (es decir, menores, ancianos o personas vulnerables dependientes), en especial en el caso de las mujeres. En cierta medida, determinados grupos de población han visto afectada su salud mental de forma asimétrica.

También se ha visto gravemente afectada la salud mental de los trabajadores de primera línea (como los médicos y enfermeros de hospitales y atención primaria, los trabajadores sociales, el personal médico joven, etc.). [En la mayoría de los países europeos, la comunidad sanitaria se enfrentó a niveles de estrés, ansiedad, depresión e incluso trastornos por estrés postraumático sin precedentes.](#) Según la [British Medical Association](#), casi dos terceras partes de los médicos sufrieron ansiedad y depresión.

Antes de la pandemia, [las mujeres registraban trastornos depresivos con mayor frecuencia que los hombres.](#) Según un [estudio reciente](#), en la actualidad la salud mental y el bienestar de las mujeres se han visto afectados de forma desproporcionada por la pandemia de COVID-19. Tal como demuestra el estudio, las desigualdades de género podrían haber aumentado al menos a corto plazo, ya que las medidas de distanciamiento social han tenido más incidencia en los sectores con un mayor porcentaje de empleo femenino. El estudio asegura que aproximadamente el 53 % de la brecha de género de abril puede justificarse por disparidades debidas a los niveles de ingresos, las circunstancias del mercado laboral y el trabajo no remunerado.

El acceso a la atención y el tratamiento de enfermedades no transmisibles, como la enfermedad mental, también se han visto perjudicados y alterados drásticamente [durante la fase aguda de la pandemia](#) a nivel de la Unión (es decir, según encuestas recientes, tres de cada cuatro servicios de salud mental se vieron interrumpidos en primavera, en casi el 40 % de los países europeos). Esta situación es extremadamente preocupante teniendo en cuenta el hecho de que la demanda de este tipo de servicios ha aumentado de forma desproporcionada. En general, es probable que la carga económica a largo plazo de la enfermedad mental aumente rápidamente en los próximos años, pese a que muchos países registraron reducciones drásticas en los servicios y los costes sanitarios no relacionados con la COVID-19 en 2020.

Nuestras prioridades estratégicas

Necesidad de una acción concreta de la Unión sobre salud mental

La salud mental es competencia de los Estados miembros. Sin embargo, hay muchas oportunidades tanto existentes como nuevas de mejorar la política de salud mental de forma integral y más coherente en Europa. A la luz de la pandemia de COVID-19, es importante que la Unión desempeñe un papel reforzado para mantener la coordinación entre los Estados miembros en materia de salud mental, ya que esta requiere un enfoque concertado, coordinado y multisectorial para la elaboración y aplicación de políticas. También es muy importante mejorar la prevención y la resiliencia ante crisis y pandemias futuras.

En particular, el bienestar de las personas es un valor en sí mismo y un principio que constituye la esencia del proyecto europeo, tal como prevé el artículo 3 del Tratado de la Unión Europea.

Es hora de que la salud mental y el bienestar tengan una **mayor prioridad en el espectro político** y en las agendas europeas de política sanitaria y social. Para el Grupo Renew Europe, urge contar con un enfoque preventivo más coherente e integral de la salud mental pública, que debería añadir valor a las iniciativas nacionales y de la Unión tanto actuales como futuras basadas en la promoción de la salud mental, la prevención de los trastornos mentales y la coordinación institucional. Esto requeriría un enfoque integrado entre sectores y Estados miembros, además de un «enfoque de salud mental en todas las políticas». Este es un enfoque horizontal que contribuiría a promover la salud mental y el bienestar de la población mediante la integración de la acción en los diferentes ámbitos de las políticas públicas (por ejemplo, empleo, educación, migración, asuntos sociales, medio ambiente, etc.). El uso de este enfoque hace hincapié en las repercusiones de las políticas públicas sobre los factores determinantes de la salud mental, contribuye a reducir las desigualdades y se afana en destacar las oportunidades que ofrece la incorporación de objetivos positivos para la salud mental en distintos ámbitos políticos —lo que constituye una situación beneficiosa para todas las partes en muchos ámbitos—.

Las lecciones extraídas de la promoción de la salud física sugieren que la forma más eficaz para mejorar la salud mental de la población es por medio de programas coordinados de salud mental pública que prevean actividades de prevención y sensibilización a gran escala, en lugar de invertir en servicios de tratamiento mucho más costosos.

Pese a que algunos Estados miembros de la Unión han registrado avances, muchos todavía continúan rezagados. Esto no solo supone perder una oportunidad, sino que también constituye una amenaza para la cohesión social, la sostenibilidad y el crecimiento económico. A fin de tener éxito en la respuesta ante un reto tan grande como este, la Unión debe mejorar su coordinación y la alineación de sus acciones. No cabe duda que las iniciativas adoptadas por los Estados miembros tienen un gran potencial, que puede verse beneficiado en mayor medida por el hecho de que la Unión respalde, coordine y complemente las iniciativas nacionales.

Desarrollo de una estrategia europea integral de salud mental

La creación de una estrategia europea integral de salud mental fue demandada por el Consejo de Ministros en 2019 y el Parlamento Europeo en su resolución sobre la estrategia de salud pública de la UE después de la COVID-19 en julio de 2020.

La estrategia de la Comisión debería responder a las necesidades actuales y previsibles de salud mental de los ciudadanos y en última instancia contribuir a la cohesión, la sostenibilidad y la prosperidad económica de Europa en el futuro.

El Grupo Renew Europe considera que esta debería integrar y crear sinergias con los marcos políticos, legislativos y de gobernanza existentes (por ejemplo, el Semestre Europeo, el pilar europeo de derechos sociales, los ODS, etc.) y ser acorde con los compromisos existentes en materia de derechos humanos (como la CDPD de las Naciones Unidas).

Objetivos estratégicos:

1. integrar la salud mental en el diseño y la aplicación de la legislación de la Unión;

2. reducir las desigualdades en la prevención y la atención de los problemas de salud mental;
3. adoptar nueva legislación europea específica sobre salud mental;
4. asignar financiación adecuada a nivel tanto nacional como de la Unión;
5. establecer indicadores de referencia para evaluar la prevención y la atención de los problemas de salud mental en Europa;
6. establecer la cooperación transfronteriza e intersectorial a nivel de la Unión, nacional, regional y local;
7. reforzar la sensibilización y el empoderamiento en materia de salud mental;
8. mejorar la recopilación de datos desglosados;
9. promover el desarrollo de alternativas de atención basadas en la comunidad en oposición a la atención en grandes centros institucionales;
10. promover la implicación de las personas que hacen uso de los servicios de salud mental y sus familias en la planificación, la aplicación y la revisión de las nuevas políticas de salud mental;
11. dar seguimiento a la aplicación del Marco europeo de actuación en materia de salud mental y bienestar, entre otros.

Por otra parte, durante el proceso deben realizarse consultas públicas, y también debe consultarse de forma significativa a las organizaciones de pacientes y los usuarios de los servicios de salud mental, durante el diseño, la aplicación, el seguimiento y la evaluación de la estrategia.

Unión Europea de la Salud

La última opinión del grupo de expertos sobre fórmulas eficaces de invertir en salud destacó la importancia del cuidado de la salud mental para el desarrollo de sistemas de asistencia sanitaria resilientes y preparados para el futuro. Esto está en consonancia con la Unión Europea de Salud anunciada por la Comisión —reforzar la atención de la salud mental y la atención primaria de la salud constituye un factor de éxito esencial para la resiliencia futura de los sistemas nacionales de salud—.

Recuperación: preparar el terreno para unos sistemas de salud mental más resilientes tras la crisis de la COVID-19

La pandemia de COVID-19 interrumpió los servicios esenciales de salud mental de Europa justo cuando más se necesitaban. Mientras la Unión recupera y reevalúa sus prioridades en materia de salud para el futuro, debe abordar de forma crítica el incremento de las necesidades psicosociales de la población —también para futuras emergencias en las que los servicios puedan verse gravemente alterados—. A fin de evitar este tipo de situaciones en el futuro, es el momento de que la Unión invierta más en estrategias de preparación ante crisis y mitigación, para garantizar el acceso a la atención y el bienestar de los ciudadanos europeos. La salud, incluida la mental, deben ser la esencia de todos los esfuerzos de recuperación de la crisis de la COVID-19 y tras esta.

Acceso a la atención y el tratamiento

A fin de atender adecuadamente los compromisos sociales en el ámbito de la salud mental, los servicios europeos de apoyo a la salud mental deben poder adaptarse rápidamente a las circunstancias cambiantes y mantener su continuidad y la calidad de la asistencia a la población. Para ello se necesita un mayor apoyo financiero e institucional, a fin de desplegar recursos humanos suficientes para atender la demanda de salud mental y bienestar. En este sentido, el Grupo Renew Europe insiste en la importancia de garantizar la salud mental de todas las personas, con independencia de su condición económica.

Por otra parte, debe prestarse especial atención a las poblaciones vulnerables y las personas que ya padecen problemas de salud mental. En este sentido, el Grupo Renew Europe quisiera hacer énfasis en la importancia de promover medidas para **garantizar el acceso universal, no discriminatorio y equitativo a los servicios de salud mental**. Este considera que para prevenir y mitigar el malestar psicológico en poblaciones vulnerables y de edad avanzada, la Unión debería prestar apoyo a los Estados miembros para **establecer programas que promuevan la cohesión social entre las personas de edad avanzada**, a fin de reducir su sentimiento de soledad y evitar su total aislamiento durante emergencias.

Los servicios de salud mental han sufrido graves alteraciones por la pandemia y el acceso a ellos se ha visto muy restringido. Todos los tipos de servicios de salud mental y de apoyo se vieron alterados, pero la experiencia ha probado que el apoyo organizado en entornos comunitarios ha tenido más éxito y ha sido capaz de adaptarse rápidamente para mantener la continuidad del servicio.

Los Estados miembros también deberían poder garantizar servicios y tratamientos accesibles y asequibles, que estén disponibles a nivel comunitario, y garantizar un servicio ininterrumpido y presencial para las personas con problemas de salud mental, definiendo el apoyo a la salud mental como un servicio esencial. El Grupo Renew Europe cree que, entre otros aspectos, esto podría hacerse garantizando el reembolso de un número limitado de sesiones de tratamiento mediante paquetes de seguros de salud pública.

La salud mental en la respuesta y la preparación ante emergencias

La Unión y sus Estados miembros deben aprovechar las lecciones extraídas de la pandemia de COVID-19 para cubrir las carencias de salud mental e integrarla en su respuesta y preparación integral ante las emergencias y de salud en el futuro. En este sentido, el Grupo Renew Europe cree que debería garantizarse la salud mental antes, durante y después de una emergencia, y no únicamente cuando se produce. Por ello, el **mandato del ECDC debería ampliarse a las enfermedades no transmisibles, prestando especial atención a las enfermedades de salud mental**. De este modo, el ECDC podrá vigilar los efectos de la actual y de futuras pandemias sobre los pacientes afectados por enfermedades de salud mental.

Tal como advierten los expertos, las emergencias transfronterizas aumentarán con la globalización y el cambio climático. En opinión del Grupo Renew Europe, Europa debe estar mejor preparada ante cualquier crisis futura y necesita estar equipada para garantizar los servicios de salud mental y el apoyo para responder a futuras emergencias. Por otra parte, la Unión debería garantizar la cooperación y la coordinación entre los sistemas sanitarios nacionales y un diálogo estrecho y estructurado con todas las partes interesadas para garantizar la solidaridad dentro de la Unión Europea.

En primer lugar, es especialmente importante evaluar el estado de salud mental de los **profesionales sanitarios**. Ante una crisis sanitaria prolongada, la sostenibilidad de las respuestas eficaces depende también de nuestra capacidad para salvaguardar la salud mental de quienes nos protegen. Tal como demuestran los análisis, existe un gran malestar psicológico entre los profesionales de la salud, lo cual podría indicar que actualmente el sistema sanitario europeo es incapaz de prestarles un apoyo efectivo. Esta situación es extremadamente preocupante, ya que sus efectos a largo plazo, que incluyen síntomas de [estrés postraumático, síndrome de agotamiento profesional, depresión y ansiedad](#), podrían acompañarles durante años una vez concluida la epidemia.

El Grupo Renew Europe cree que es necesario proporcionar a los profesionales sanitarios herramientas sencillas para afrontar y gestionar los períodos de mayor estrés, además de un apoyo psicológico personalizado. Este destaca la importancia de establecer programas de atención especiales para los profesionales sanitarios, los docentes de centros educativos, las residencias de ancianos y otros servicios esenciales.

El Grupo Renew Europe cree que el **Mecanismo de Protección Civil de la Unión y el Cuerpo Médico Europeo podrían** mejorar su capacidad de reacción ante futuras emergencias con herramientas y técnicas de respuesta a crisis de salud mental. Algunas de estas podrían incluir:

- la inclusión de profesionales de la salud mental especializados en emergencias en los organismos y planes nacionales;
- garantizar la disponibilidad y facilitar la accesibilidad de la asistencia psicológica de forma virtual y remota durante emergencias, si no es posible un servicio presencial a los ciudadanos.

Ampliación de la salud mental electrónica en Europa

Dado el aumento de la necesidad de tratamiento de la salud mental en Europa, el Grupo Renew Europe destaca que es preciso ampliar e integrar las soluciones digitales para complementar los sistemas de salud nacionales y evitar la fragmentación normativa. Puede que las soluciones digitales incluyan el cambio a la atención remota, las plataformas digitales y la telemedicina (líneas de atención, consultas en línea), una mayor atención a la psicoeducación y la autoayuda. La mayoría de estas herramientas digitales preventivas ya están a disposición de todos, aunque debe mejorarse el conocimiento de su disponibilidad, en especial en el caso de los jóvenes.

Aumento de la gestión de datos y mejora de los conocimientos sobre salud mental

La falta de datos actualizados, realistas y segregados a nivel de la Unión dificulta las soluciones eficientes para atender la salud mental en Europa. Antes de la pandemia existían numerosas carencias de datos para obtener una imagen completa de la salud mental y el bienestar en Europa. Concretamente, un [análisis de la Comisión Europea sobre las estadísticas de Eurostat](#) sugiere que los trastornos mentales de leves a moderados están **infradiagnosticados**, por lo que no se notifican en estas estadísticas oficiales y **continúan sin ser tratados**. Por lo tanto, es fundamental medir adecuadamente las consecuencias para la salud mental tanto antes como después de la crisis de la COVID-19 a nivel de la Unión.

Por ello, el Grupo Renew Europe demanda una **evaluación de la salud**

mental para el conjunto de la Unión, desglosada por grupos de población, con el propósito de comprender el estado psicológico de la población. Esta debería prestar especial atención a los profesionales sanitarios y otro personal de primera línea, que se han visto expuestos a circunstancias muy concretas y críticas durante la pandemia. El Grupo Renew Europe confía en que las enseñanzas extraídas de la evaluación sirvan de ayuda para que Europa reforme su preparación para futuras pandemias, amenazas transfronterizas, catástrofes o sucesos extremos. Sus conclusiones también deberían servir de orientación a la investigación y el desarrollo para programas de salud mental mejores tanto durante la pandemia como después de esta.

Afrontar la discriminación, las violaciones de los derechos humanos y el estigma

Los problemas de salud **mental y el estigma asociado**, incluso dentro del sistema de salud y entre los profesionales sanitarios, se ha identificado como un [importante obstáculo para el tratamiento](#) y la recuperación, lo que se traduce en una peor calidad de la atención a los enfermos mentales. El estigma también supone una amenaza para la conducta de búsqueda de tratamiento de los propios proveedores de asistencia sanitaria y afecta negativamente a su entorno de trabajo.

El Grupo Renew Europe considera que existe mucho margen de maniobra para hacer frente a las percepciones erróneas, las violaciones de los derechos humanos, la discriminación y la exclusión o la polarización social asociadas con los problemas de salud mental. Por ello hacemos un llamamiento para que se ponga en marcha una **campaña en toda la Unión para sensibilizar sobre la salud mental y combatir el estigma**, además de fomentar el diálogo y promover el intercambio de mejores prácticas sobre las estrategias eficaces de intervención para la promoción de la salud mental y la prevención de los problemas de salud mental, su tratamiento, atención y recuperación.

En respuesta al deterioro cada vez mayor de la salud mental de los ciudadanos europeos y con el objetivo de concienciar sobre los daños que provoca la enfermedad mental a la sociedad, la Unión debería contar con un **Año Europeo de la Salud Mental**.

Además, existe una gran necesidad de mejorar la salud mental y las sinergias con arreglo a los marcos políticos actuales, como el Pilar europeo

de derechos sociales, la Convención de las Naciones Unidas sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad, la Carta de los Derechos Fundamentales de la Unión Europea, los Objetivos de Desarrollo Sostenible de las Naciones Unidas y la Estrategia sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad.

Salud mental en el lugar de trabajo

La salud mental y el bienestar de la población europea pueden verse influenciados positivamente si se presta atención a las estrategias aplicadas en el lugar de trabajo. Tanto la promoción de una salud mental positiva como prevenir los riesgos psicosociales y los problemas de salud mental relacionados con el trabajo contribuyen a prevenir una carga económica innecesaria, la pérdida de productividad, el absentismo y otros costes indirectos que contribuyen a que la mala salud mental incida en un porcentaje tan elevado del PIB. Los lugares de trabajo ofrecen una gran oportunidad para prevenir la enfermedad mental y existen ámbitos que requieren más innovación y recursos para poder responder adecuadamente al reto cada vez mayor que plantea la discapacidad psicosocial asociada al trabajo.

Además, resulta fundamental tener en cuenta la digitalización, que por un lado ofrece formas de trabajo más flexibles y puede contribuir a mejorar la calidad de vida, al tiempo que por otro también puede suponer una amenaza para el bienestar y deteriorar el equilibrio entre trabajo y vida privada.

Conocimiento e innovación

El Grupo Renew Europe cree que la Unión Europea debería respaldar la salud mental mediante la investigación, la sensibilización, el intercambio de mejores prácticas y el desarrollo de políticas eficaces como parte de una estrategia europea integral de salud mental. Ante las dificultades cada vez mayores, el uso de nuevas tecnologías y las nuevas formas que surgen de posible apoyo a la salud mental, es necesario mejorar la coordinación, el apoyo a la investigación y el suministro de fuentes de información fiables sobre la eficacia y la seguridad de las nuevas tecnologías e innovaciones. El apoyo europeo a la investigación y el intercambio de mejores prácticas en materia de salud mental puede contribuir a ampliar la oferta de apoyo disponible en el ámbito nacional y local, que tiene especial importancia para atender las necesidades de la sociedad.

Perspectivas de futuro

La recuperación de la pandemia de COVID-19 también dependerá del apoyo que preste Europa a la calidad de vida durante la crisis y después de esta. Superar los efectos psicológicos negativos de la crisis en curso debe ocupar un lugar prioritario en nuestra agenda política.

REFERENCIAS

Health at a Glance 2019 OECD INDICATORS

<http://www.infocoponline.es/pdf/HEALTH-AT-A-GLANCE-OECD2019.pdf>

Prevalence of symptoms of depression, anxiety, insomnia, posttraumatic stress disorder, and psychological distress among populations affected by the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0165178120332601#bib0084>

A Report on Mental Health & Wellbeing in Europe. Disponible en:

https://www-axa-com.cdn.axa-contento-118412.eu/www-axa-com%2Fe6854817-1fca-4da0-95c6-9396e2da8fd8_a_report_on_mental_health_in_europe.pdf

Mental health and related issues statistics. (Agosto de 2020). Disponible en: <https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/pdfscache/37380.pdf>

The mental health impact of the covid-19 pandemic on healthcare workers, and interventions to help them: A rapid systematic review.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0165178120323271>

Nine mental health startups smashing “taboo” in Europe.

<https://sifted.eu/articles/mental-health-startups-europe/>

EPRS Briefing- Mental health during the COVID-19 pandemic

[https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/BRIE/2020/658213/IPOL_BRI\(2020\)658213_EN.pdf](https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/BRIE/2020/658213/IPOL_BRI(2020)658213_EN.pdf)

El teletrabajo durante la pandemia de COVID-19 y después de ella: Guía práctica https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/--travail/documents/publication/wcms_758007.pdf

<https://dobetter.esade.edu/es/estres-depresion-pandemia>

Mental illness in Europe, OCDE

<https://www.oecd-ilibrary.org/docserver/88b582a1-en.pdf?expires=1608554060&id=id&accname=guest&checksum=CC5298D230B554E7C52EC6257572D941>

OMS Europa

<https://gacetamedica.com/politica/oms-europa-lanza-una-coalicion-para-apoyar-la-reforma-del-sistema-de-salud-mental-tras-el-covid-19/>

New Pact on Migration and Asylum is a missed opportunity for people with disabilities and mental health problems. <http://www.edf-feph.org/newsroom/news/missed-opportunity-how-europe-can-better-protect-migrants-disabilities-and-mental>
<https://www.mhe-sme.org/new-data-shows-the-need-for-mental-health-synergies-in-eu/>

https://ec.europa.eu/health/archive/ph_determinants/life_style/mental/green_paper/mental_gp_co060.pdf

<https://www.euro.who.int/en/media-centre/sections/statements/2020/statement-on-the-future-of-mental-health,-rights-and-recovery-in-the-european-region>

The Impact of Mental Illness Stigma on Psychiatric Emergencies.
Disponible en:
<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsy.2020.00573/full>