



Declaración sobre Bioética y Salud Mental derivada de la celebración del **Día Mundial de la Bioética** organizado por la Facultad de Bioética de la Universidad Anáhuac México y la Cátedra UNESCO en Bioética y Derechos Humanos el 19 de octubre de 2020

PREÁMBULO

La salud, según la Organización Mundial de la Salud, es un *“estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”*. Sin embargo, es un hecho que la disminución en la salud mental se manifiesta con la presencia de afecciones psicosociales y trastornos mentales, que actualmente aquejan a más de mil millones de personas. La pandemia por COVID-19 ha alterado la rutina habitual de los individuos, les ha enfrentado a situaciones críticas y les ha llevado a desarrollar, en muchos casos, depresión, ansiedad, consumo de sustancias y trastornos relacionados con trauma y estrés.

En la pospandemia, enfrentaremos problemáticas de diversa índole, tales como las médicas, psicológicas, sociales y económicas; observaremos muy probablemente un incremento en los trastornos mentales, en las adicciones al alcohol, a las drogas, la presencia de ludopatías, altos índices de violencia doméstica como consecuencia del

largo período de confinamiento y un aumento considerable de la conducta suicida, por lo que el bienestar, la integridad y la vida de las personas está en riesgo.

Es por tanto, imperante desarrollar una visión empática y solidaria que permita, desde los principios de la bioética tales como la



sociabilidad, la subsidiariedad y la justicia distributiva, involucrar a todos los miembros de la sociedad para implementar estrategias orientadas al bien común, a la disminución de las condiciones que otorgan vulnerabilidad social y a la garantía del acceso a los servicios de salud mental por parte de la población.

La Bioética juega, pues, un papel fundamental en el abordaje de este problema urgente que nos inquieta en los albores de la vida postpandemia y debe, por ello, fortalecerse, ahora más que nunca, como una Bioética en salida, capaz de ir a las fronteras y límites humanos para rescatar y salvaguardar la dignidad de todas las personas buscando con ello el beneficio de toda la sociedad con una visión fortalecida dirigida hacia el bien común.

Creemos, por todo lo anterior, que es preciso rescatar los principios de la Bioética para poder enfrentar, con decisión y arrojo, esta otra pandemia de afectaciones a la salud mental de las personas.



I. PRINCIPIO DE VULNERABILIDAD

La pandemia por COVID ha dejado al descubierto la vulnerabilidad y fragilidad de la vida humana. Por ello, deberemos emprender acciones orientadas hacia la disminución y paliación de las condiciones que exponen a las personas a mayores riesgos y afectaciones para, con ello, salvaguardar su integridad física, mental y emocional.

II. PRINCIPIO DE SOCIABILIDAD-SOLIDARIDAD

Es por ello que no podemos quedar indiferentes frente al sufrimiento de los demás y partiendo del principio de sociabilidad - solidaridad, acercarnos, desde la mirada compasiva y ética y acompañar a quienes atraviesan estos momentos de oscuridad.

III. PRINCIPIO DE MÁXIMO RESPETO POR LA DIGNIDAD DE TODAS LAS PERSONAS

La magnitud del problema es grande pero no inabordable. Se puede comenzar luchando contra los estigmas sociales de quienes padecen enfermedades mentales que a menudo lastiman más que el mismo padecimiento. Integrar y acoger al otro en su valor intrínseco como persona humana debe ser el primer paso en el abordaje de esta grave situación. Las acciones para prevenir y erradicar la discriminación por motivos de trastornos mentales deben ser implementadas rápida y eficazmente.

IV. PRINCIPIO DE INTEGRIDAD DEL CONOCIMIENTO

De igual modo, echar mano de herramientas sólidas de estudio que permitan no sólo medir si no tratar profesionalmente los diversos trastornos, resulta una estrategia importante a implementar mientras reflexionamos sobre los principios bioéticos de la autonomía y la beneficencia.



V. PRINCIPIO DE BENEFICENCIA Y PRINCIPIO DE NO MALEFICENCIA

Favorecer entornos sociales y familiares donde se puedan expresar abiertamente y sin prejuicios los sentimientos y emociones es, también, un paso más en la dirección de la atención que este problema merece.

Entender las dimensiones del problema que son multifactoriales y, al mismo tiempo, comprender que nadie está exento de padecer alguna condición de deterioro mental provocada o no por la pandemia por coronavirus es fundamental. Esta crisis no está afectando únicamente a la población civil sino, sobre todo, a los profesionales de la salud que a diario

exponen su vida por la de otros. Por ello, atenderlos urgentemente en su salud mental tiene que ser prioridad.

Establecer mecanismos de reducción o liberación de estrés, fomentar espacios saludables de trabajo, tiempos de descanso necesario, rutinas para lograr el equilibrio vida profesional-vida familiar así como escuchar y acompañar a los profesionales de la salud son acciones urgentes y necesarias que no podemos pasar por alto o asumir que se están ya realizando.

Para esto, se han abierto muchas opciones de atención y seguimiento utilizando los recursos electrónicos como las videollamadas. Siempre se deberá recurrir a todos los medios posibles y de fácil acceso para favorecer la pronta detección y atención de trastornos mentales.

Aceptar la realidad, mostrar los sentimientos, acomodarse en un mundo donde lo perdido ya no estará más y reacomodar las emociones y esfuerzos hacia otras relaciones (AMAR) pueden ser algunas estrategias que permitan ir encontrando nuevas formas de afrontar la realidad después de la pandemia.

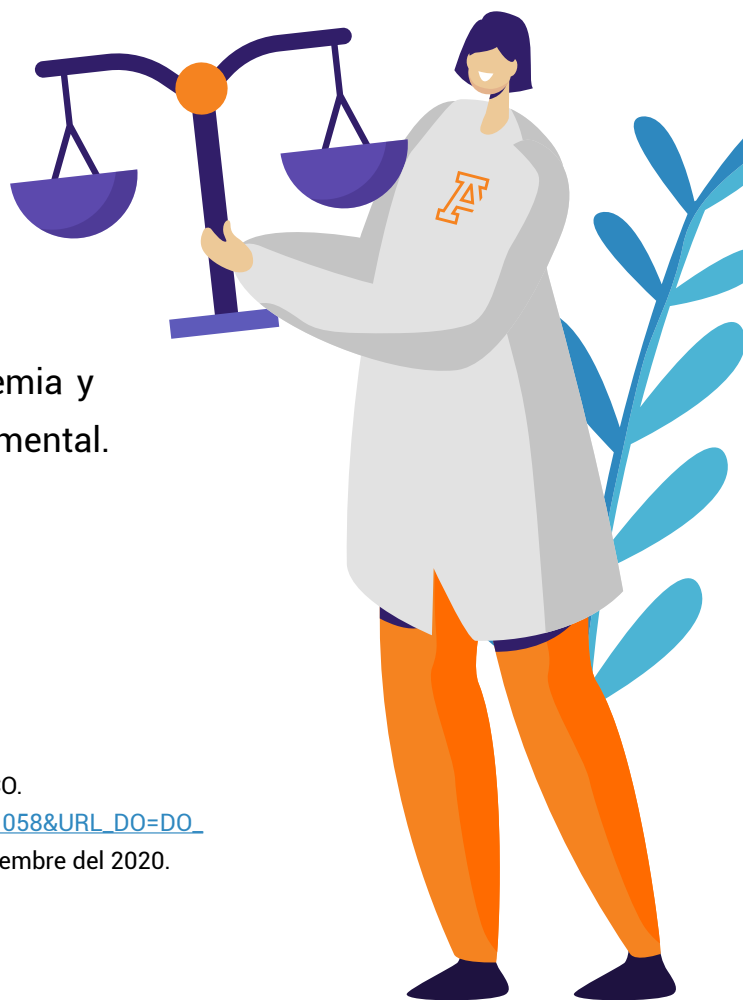
VI. PRINCIPIO DE JUSTICIA

Por otro lado, ayudar y favorecer la autoreflexión personal es imprescindible para detectar a tiempo el comienzo de un padecimiento; no hacerlo podría resultar en conductas suicidas que minimicen el valor fundamental de la vida humana. En este orden de ideas, facilitar diálogos incluyentes y reflexión personal y comunitaria para dibujar un plan de vida que dote de sentido nuestro diario caminar deben ser acciones imprescindibles en estos tiempos difíciles.

Cuidar nuestra salud debe ser una acción de corresponsabilidad; en ese sentido, cuidarnos es, también cuidar de otros en el entendido de que la salud no es un bien individual si no colectivo y que debemos procurarnos y procurarles a otros las condiciones que les permitan gozar del máximo grado de salud y bienestar como dice el artículo 14 inciso 2 de la Declaración Universal de Bioética y Derechos Humanos: “2. Teniendo en cuenta que el goce del grado máximo de salud que se pueda lograr es uno de los derechos fundamentales de todo ser humano sin distinción de raza, religión, ideología política o condición económica o social, los progresos de la ciencia y la tecnología deberían fomentar”.¹

Es frecuente en nuestro país que el acceso a los cuidados de salud mental es limitado, centralizado y considerado un lujo o una atención de segunda o tercera necesidad. Por ello, la sociedad en general y las instituciones gubernamentales y de la iniciativa privada tienen la obligación de distribuir equitativamente sus recursos materiales y humanos para que todas las personas puedan ser atendidas integralmente en acciones que van desde la prevención hasta la recuperación de una enfermedad mental.

La atención a la salud mental requiere un abordaje permanente, que trascienda la pandemia y que sea capaz de generar una cultura de salud mental.



¹ Cfr. Declaración Universal de Bioética y Derechos Humanos. UNESCO.
Disponibile en el sitio: http://portal.unesco.org/es/ev.php-URL_ID=31058&URL_DO=DO_TOPIC&URL_SECTION=201.html. Fecha de última consulta: 6 de noviembre del 2020.

INSTITUCIONES PARTICIPANTES



Facultad de
Bioética



United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization



UNESCO Chair in
Bioethics and Human Rights
Rome, Italy



Instituto de Ciencias
Jurídicas de Puebla A.C.



PROGRAMA DE MAESTRÍA Y DOCTORADO
en ciencias médicas y odontológicas y de la salud



Centro de
Bioética
UPAEP



Seminario
Interdisciplinario
de Bioética

Declaración sobre Bioética y Salud Mental derivada de la celebración del Día Mundial de la Bioética organizado por la Facultad de Bioética de la Universidad Anáhuac México y la Cátedra UNESCO en Bioética y Derechos Humanos el 19 de octubre de 2020

