



FOTO: Seminario Universidad

# SALUD EMOCIONAL: EL MAYOR DESAFÍO EN SALUD PÚBLICA

En las últimas décadas, los trastornos de salud mental, ahora comúnmente denominados salud emocional, han adquirido una relevancia sin precedentes en el ámbito de la salud pública global. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), aproximadamente una de cada ocho personas en el mundo vive con un trastorno mental. La ansiedad y la depresión son los más comunes, afectando a millones de personas y creando una carga significativa en términos de discapacidad y sufrimiento.

Colombia, un país con una historia marcada

por la violencia, la inseguridad y la falta de oportunidades, exhibe una prevalencia preocupante de trastornos de salud emocional. Estudios recientes indican que cerca del 15% de la población colombiana padece de algún tipo de trastorno mental. Los jóvenes y las mujeres son los más afectados, debido a factores como la exposición a la violencia, el desempleo y la desigualdad social. Estos trastornos no solo afectan la calidad de vida de las personas, sino que también representan un desafío significativo para el sistema de salud del país.

Responder a esta crisis de salud pública requiere un enfoque multifacético e integral. A nivel mundial, varios países han desarrollado políticas y programas exitosos que podrían servir como modelos para Colombia. Por ejemplo: Australia: Ha desarrollado programas nacionales de salud mental que incluyen servicios de intervención temprana, campañas de concienciación y apoyo comunitario. Su enfoque en la prevención ha demostrado reducir las tasas de suicidio y mejorar el acceso a los servicios de salud mental. Canadá: Implementó la estrategia nacional de salud mental, que enfatiza la integración de los servicios de salud mental en los sistemas de atención primaria, así como el fortalecimiento de las redes de apoyo comunitario. Reino Unido: Con su enfoque en la “paridad de la estima”, ha trabajado para asegurar que los servicios de salud mental reciban el mismo nivel de atención y financiamiento que los servicios de salud física.

Dado el contexto colombiano, es fundamental adoptar estrategias específicas que aborden las causas subyacentes de los trastornos de salud emocional y fortalezcan los sistemas de atención. Algunas recomendaciones incluyen: Desarrollo de programas comunitarios: Establecer y expandir programas de salud mental a nivel comunitario, proporcionando acceso a servicios de intervención temprana y apoyo psicosocial.

Campañas de concienciación: Implementar campañas nacionales de concienciación sobre la salud emocional, desmitificando los trastornos mentales y promoviendo la búsqueda de ayuda. Integración en la atención primaria: fortalecer la integración de los servicios de salud emocional en los centros de atención primaria, asegurando que los profesionales de salud estén capacitados para detectar y tratar estos trastornos. Apoyo a víctimas de violencia: Proveer programas de apoyo específicos para víctimas de violencia, desplazamiento y conflicto armado, ofreciendo atención psicológica y recursos para la reintegración social. Políticas de empleo y educación: Implementar políticas que promuevan la creación de empleo, la educación y la reducción de la pobreza, factores estrechamente vinculados con la salud emocional.

La crisis de salud emocional es un reto global que requiere respuestas adaptadas a los contextos locales. En Colombia, es vital proponer políticas integrales que aborden tanto la prevención como el tratamiento de los trastornos de salud mental, con un enfoque especial en las comunidades más vulnerables y afectadas por la violencia. Solo a través de un esfuerzo coordinado y multifacético se podrá mejorar la salud emocional de la población y construir un futuro más saludable y equitativo para todos.



**JUAN  
MANUEL  
GALÁN**

➤ [www.galan.co](http://www.galan.co)  
✕ [juanmanuelgalan](#)  
📷 [juanmanuelgalanpachon](#)