

Salud mental y Psicoanálisis

En 1948 la Organización Mundial de la Salud (OMS) definió la salud como “un estado de completo bienestar físico, mental y social y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades” (OMS 1948). Esta definición innovadora para entonces, superó la definición negativa de la salud como no tener enfermedad. A lo largo de estos 71 años se ha invertido la pirámide de población, los procesos agudos han mermado y las patologías crónicas son más prevalentes. Esto hace pensar en la utilidad o no de una definición como la planteada, cuando tener un completo bienestar es difícil sino imposible. Y podríamos discutir largamente para precisar de qué hablamos cuando decimos un completo bienestar mental. ¿Cuál sería el umbral?

En torno a estas y otras dudas surge el Ottawa Charter en 1986 que enfatiza los recursos sociales y personales, y las capacidades del individuo incluyendo las físicas. Así mismo se han manifestado en torno a tener una definición más dinámica en la cual hablemos de resiliencia, de capacidad de adaptación y de autogestión, de mantener la integridad, el equilibrio y el sentido de bienestar.

Ahora, ¿dónde se ha ubicado el psicoanálisis en torno a este tema? Si bien puede considerarse un tema muy médico, es fundamental a la hora de practicar el psicoanálisis, pues nuestros pacientes acuden buscando soluciones a dificultades que presentan o para tener una mayor conciencia sobre tópicos en los cuales desean tener mayor claridad y porque no decirlo, una mejor salud mental.

Respecto a la salud mental la OMS refiere: “Se define como un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su

comunidad” (OMS 1948).

Freud planteó que la diferencia entre salud y enfermedad es de grados, esto es, una diferencia cuantitativa, refería: “entre las condiciones de la salud y las de las neurosis, no existe diferencia cualitativa alguna resultando que los sanos han de luchar también para alcanzar el dominio de la libido...” (Freud, 1912). Más adelante habla de la capacidad de amar, trabajar, de disfrutar y sublimar (Freud, 1915-17). Winnicott (1972) en *Juego y Realidad* enfatiza en la libertad alrededor de la salud y la creatividad.

Otros psicoanalistas han planteado ideas sobre el tema de salud mental que pueden contribuir al debate que se viene dando. Al respecto, y procurando condensar podemos proponer que la salud mental implica además la presencia de recursos y capacidades que permiten tomar conciencia de los actos, enfrentar conflictos internos y externos de manera exitosa, con un manejo adecuado de la ansiedad, teniendo una buena capacidad para amar, trabajar o estudiar, así como disfrutar y enfrentar las oportunidades que se proveen y se buscan en la vida de cada persona.

Estos intentos aproximan al psicoanálisis como actor fundamental en el debate sobre salud mental en el mundo, en su manera de pensarla, concebirla y de programar intervenciones con sentido para el ser humano.

Carlos Gómez-Restrepo

Director Editor

Revista de la Sociedad Colombiana de Psicoanálisis

Referencias

- Freud, S. (1912). Sobre las causas ocasionales de las neurosis. En *Standard Edition, Complete Works, Sigmund Freud*. (Vol. XII). Londres: The Hogarth Press.
- Freud, S. (1915-17). Lecciones introductorias al psicoanálisis. En *Standard Edition, Complete Works, Sigmund Freud*. (Vol. XV y XVI). Londres: The Hogarth Press.
- Organización Mundial de la Salud. (1948). Recuperado en: https://www.who.int/features/factfiles/mental_health/es/
- Winnicott, D. (1972). *Realidad y Juego*. Buenos Aires: Granica.