

PLAN DE SALUD MENTAL 2022-2025

Líneas Estratégicas: son los grandes conceptos estratégicos en los que se pretende centrar y sintetizar el plan, surgen de la transformación de factores claves detectados en el diagnóstico. Ninguna línea estratégica tiene mayor importancia que otra y los resultados a alcanzar en cada una de ellas tienen efecto e impacto sobre las otras. El despliegue de las líneas estratégicas se ha realizado en objetivos generales, específicos y acciones.

Objetivos Generales: son enunciados que resumen la idea central y la finalidad de un trabajo.

Objetivos Específicos: son metas organizacionales a medio plazo, realistas con el objetivo general y las líneas estratégicas del Plan. Son los grandes hitos claves para dar respuesta y ser utilizados por la organización para orientar la toma de decisiones.

Actuaciones: son intervenciones definidas con máxima precisión, deben ser medibles y tener definidos indicadores, responsables y cronograma.

Línea estratégica 1:**PROMOCIÓN, PREVENCIÓN Y BIENESTAR FÍSICO EN SALUD MENTAL. TRABAJO COLABORATIVO CON ATENCIÓN PRIMARIA.****Objetivo general**

1. Fomentar la coordinación y el trabajo en red con Atención Primaria (AP), facilitando la interacción entre los profesionales y la designación de objetivos comunes, proporcionando una atención integrada y de calidad.

Objetivos específicos

- 1.1. Promover el cuidado y la supervisión de la salud física en usuarios con enfermedad mental o bajo tratamiento psicofarmacológico, fomentando estilos de vida saludables.
- 1.2. Detectar e intervenir de manera precoz sobre comorbilidades, patologías somáticas o alteraciones metabólicas secundarias a dificultades en el autocuidado, sedentarismo o intervenciones psicofarmacológicas que puedan darse en personas con enfermedad mental.
- 1.3. Reforzar la intervención orientada hacia el bienestar emocional desde Atención Primaria.
- 1.4. Trabajar para minimizar el sobrediagnóstico y sobretratamiento del malestar emocional derivado de sufrimientos de la vida cotidiana, que no constituyen enfermedades mentales y no precisan intervención sanitaria en su resolución, facilitando otras estrategias de apoyo.
- 1.5. Ofertar formación continuada sobre salud mental a los profesionales de Atención Primaria para facilitar la detección, tratamiento y realización de interconsultas a la Unidad de Salud Mental (USM) cuando sea necesario.
- 1.6. Optimizar la accesibilidad y disponibilidad entre los profesionales que formen parte de la diáda Atención Primaria - Salud Mental de la misma zona, facilitando encuentros de trabajo, formación compartida y vías de comunicación directa, para la mejora de la detección y atención a los procesos de salud mental, tanto los que son objeto de interconsulta como los que se manejan de forma completa en Atención Primaria.

Actuaciones

- A.1.1 Introducción de modelos de trabajo colaborativos entre AP y USM de referencia: Resolución de dudas, supervisión de casos complejos, gestión de la demanda.
- A.1.2 Creación de árboles de decisión y abordaje de trastorno mental común homogeneizados a nivel autonómico, disponibles para todos los sanitarios.
- A.1.3 Formación continuada AP-SM: Plataforma de formación online, participación en sesiones clínicas dentro de AP, planificación de encuentros periódicos entre profesionales.
- A.1.4 Comunicación directa AP-SM: Interconsulta virtual bidireccional. Mantener una elevada disponibilidad de los profesionales vía telefónica/correo electrónico.
- A.1.5 Reactivación de las consultas monográficas sobre bienestar emocional en Atención Primaria.
- A.1.6 Activación de un programa sobre bienestar emocional en Atención Primaria.
- A.1.7 Activación de un programa de seguimiento de la salud física, problemas relacionados con la medicación y hábitos saludables en personas con trastorno mental grave.
- A.1.8 Colaboración con la actividad de las matronas en Atención Primaria, trabajando en el ámbito de los cambios emocionales en el embarazo normal y el postparto.

Línea estratégica 2:**ATENCIÓN A PERSONAS CON PROCESOS COMPLEJOS (TRASTORNO MENTAL GRAVE)****Objetivo general**

2. Asegurar y priorizar la atención a las personas con trastornos mentales graves, facilitando la accesibilidad y la continuidad y calidad asistencial.

Objetivos específicos

- 2.1. Detectar y abordar de manera precoz la aparición de la enfermedad mental grave.
- 2.2. Desarrollar un programa de intervención comunitaria para usuarios con trastorno mental grave en situaciones de riesgo de descompensación.
- 2.3. Impulsar la promoción y formación en autocuidado: empoderamiento del paciente y sus acompañantes, incluyendo de manera progresiva la figura del paciente experto.
- 2.4. Desarrollar la aplicación en la práctica clínica de los avances en farmacogenética y otras prácticas no farmacológicas basadas en psicoterapia y rehabilitación.
- 2.5. Facilitar el seguimiento de la adherencia al tratamiento farmacológico y dotar de mecanismos de aviso frente a alteraciones de parámetros analíticos.

Actuaciones

- A.2.1 Implantar la figura de coordinador de cuidados en el ámbito comunitario, con un cupo de pacientes, con funciones y recursos materiales definidos que posibiliten sus intervenciones en el entorno del paciente.
- A.2.2 Generar un programa intervención en primeros episodios psicóticos, incluyendo nuevas tecnologías y medios de contacto como el teléfono móvil y apps de mensajería para facilitar la vinculación del usuario y su asistencia sanitaria.
- A.2.3 Puesta en marcha del programa de abordaje comunitario intensivo en trastorno mental grave.
- A.2.4 Mejora de las prestaciones en recuperación ambulatoria y en apoyo al alojamiento como Residencia de Salud Mental o pisos supervisados, en el entorno habitual del usuario.
- A.2.5 Monitorización en la práctica clínica de los avances en medicina de precisión o personalizada.
- A.2.6 Activar un programa de supervisión/alertas en HCE de tratamientos farmacológicos específicos (litio, clozapina, valproato).
- A.2.7 Diseñar protocolos y registros homogeneizados de actividad y formación en determinadas intervenciones y tratamientos.

Línea estratégica 3:**SALUD MENTAL EN LA INFANCIA Y LA ADOLESCENCIA****Objetivo general**

3. Prevenir, identificar y tratar las enfermedades mentales en la infancia y la adolescencia de manera temprana e integral, tratando de alcanzar la mayor cobertura de necesidades terapéuticas e impulsando un óptimo desarrollo personal.

Objetivos específicos

- 3.1. Crear nuevos recursos terapéuticos en la red de Salud Mental Infantojuvenil.
- 3.2. Ampliar plazas en Unidades de Hospitalización de Corta Estancia Infantojuvenil y mejorar los equipos de salud mental infantojuvenil comunitarios.
- 3.3. Facilitar la vinculación a los equipos terapéuticos durante transición de la adolescencia a la edad adulta, favoreciendo la continuidad asistencial.
- 3.4. Mejorar la atención especializada de trastornos del espectro autista.
- 3.5. Creación de vías rápidas de intervención para menores en situaciones de vulnerabilidad.
- 3.6. Fomentar actividad docente en el ámbito de la pediatría, así como el trabajo conjunto.

Actuaciones

- A.3.1 Creación y apertura de Centro Residencial y Hospital de Día para población infantojuvenil.
- A.3.2 Ampliación de camas en Unidad de Corta Estancia hospitalaria con diseño semiabierto.
- A.3.3 Mejora de recursos asistenciales en salud mental infantojuvenil en el ámbito comunitario.
- A.3.4 Programa y herramientas de enlace y coordinación entre profesionales implicados para facilitar la transición USMIJ-USM y la continuidad de cuidados.
- A.3.5 Diseño de colaboración con Atención Temprana y Educación en usuarios con trastornos del espectro autista.
- A.3.6 Formación y diseño de intervención en autolesiones no suicidas.
- A.3.7 Diseño de atención preferente a menores en situación de protección y/o bajo medida judicial.
- A.3.8 Desarrollar programas y actuaciones que promuevan el bienestar emocional en colaboración con los ámbitos de atención primaria, de educación y servicios sociales.

Línea estratégica 4:**ADICCIONES****Objetivo general**

4. Garantizar un abordaje terapéutico integral y de calidad sobre las patologías adictivas, apostando por un modelo integrado de atención que supere la diferenciación de redes con diseños paralelos.

Objetivos específicos

- 4.1. Desarrollar el trabajo en equipo interdisciplinar en la intervención sobre personas con conductas adictivas.
- 4.2. Mejorar el abordaje de las personas con mayor vulnerabilidad (patologías orgánicas crónicas y/o graves, mayor edad, comorbilidades psiquiátricas, niños/as y adolescentes).
- 4.3. Incluir y estandarizar el tratamiento de las nuevas adicciones (sin sustancia) dentro de la red de Salud Mental.
- 4.4. Adaptar los programas de reducción de daños a los nuevos perfiles de consumo.

Actuaciones

- A.4.1 Integración de la asistencia a trastornos adictivos en la red de Salud Mental como programa específico presente en todos los sectores sanitarios y con su población de referencia.
- A.4.2 Activación de formación y diseños de intervención en AP sobre abuso/mal uso de psicofármacos y/o analgésicos.
- A.4.3 Estandarizar la detección y abordaje de procesos de adicciones sin sustancia.
- A.4.4 Adicciones en la infancia y adolescencia (colaboración con la prevención y programas educativos en centros escolares, programas de reducción de daños y riesgo).
- A.4.5 Formación actualizada y periódica sobre comorbilidad y abordaje de conductas adictivas para los profesionales de SM y AP.

Línea estratégica 5:**PSICOGERIATRÍA****Objetivo general**

5. Ofrecer una atención sanitaria de calidad a las personas mayores que sufren enfermedad mental, basada en la excelencia técnica y en el respeto de la autonomía y la capacidad.

Objetivos específicos

- 5.1. Favorecer la accesibilidad a la red de asistencia de Salud Mental de los mayores, superando la situación de fragilidad vital y atendiendo a sus necesidades específicas.
- 5.2. Potenciar la disponibilidad y la flexibilidad en el ejercicio sanitario, colaborando de manera estrecha con las familias, cuidadores y otras entidades implicadas.
- 5.3. Mejorar la asistencia en problemas de salud mental a los usuarios que se encuentran en residencias de mayores.
- 5.4. Fomentar el encuentro profesional y el trabajo en equipo entre disciplinas médicas que se superponen en perfiles de este grupo etario (neurología, geriatría).
- 5.5. Ofrecer cuidados avanzados en la cronicidad, mantener un seguimiento pormenorizado de personas con enfermedad mental grave crónica asociada al envejecimiento.

Actuaciones

- A.5.1 Colaboración con Neurología-Geriatría (diseño de consultas compartidas).
- A.5.2 Reestructuración de las unidades de Psicogeriatría de los Centros de Rehabilitación Psicosocial, con adecuación estructural y de programas asistenciales.
- A.5.3 Apoyo domiciliario a personas mayores con patología mental grave.
- A.5.4 Programa para la optimización de tratamientos psicofarmacológicos en pacientes mayores con enfermedad mental de larga evolución.
- A.5.5 Diseño de una formación y un documento con recomendaciones para el manejo del delirium en el ámbito intra y extrahospitalario, así como otros desarrollos formativos en materia de psicogeriatría.
- A.5.6 Desarrollo de programas de revisión de medicación y deprescripción en personas mayores en tratamiento crónico con psicofármacos, con colaboración entre Atención Primaria, Salud Mental, Neurología y Geriatría.

Línea estratégica 6:**PREVENCIÓN, DETECCIÓN PRECOZ Y ATENCIÓN A LA CONDUCTA SUICIDA.****Objetivo general**

6. Disminuir las tentativas y la mortalidad por suicidio en Aragón incorporando cambios en los paradigmas de los modelos de prevención de estas conductas y de la respuesta sanitaria a los aragoneses en riesgo.

Objetivos específicos

- 6.1. Modificar las actitudes sociales ante las conductas autolíticas con difusión de información adecuada y campañas de sensibilización social, con un papel activo de los medios de comunicación, accesibles a personas con discapacidad (subtítulos, ventana de ilse, folletos informativos en lectura fácil...).
- 6.2. Disminuir el riesgo de accesibilidad a dosis de fármacos con potencial letal y sensibilizar y divulgar sobre prevención del suicidio desde las oficinas de farmacia.
- 6.3. Disminuir el riesgo de suicidio asociado a las redes sociales y páginas web que hacen apología e inducción al suicidio con medidas que protejan los derechos del público.
- 6.4. Mejorar la detección precoz del riesgo y el abordaje de la conducta suicida en población adolescente en su entorno académico, residencial y social.
- 6.5. Facilitar estrategias en educación emocional y psicoeducación en los profesionales de educación y servicios sociales en contacto con adolescentes.
- 6.6. Mejorar los sistemas de evaluación del riesgo y el abordaje de la conducta suicida en población anciana en su entorno residencial, familiar y social.
- 6.7. Formación en salud mental, prevención del suicidio, etc., a profesionales sanitarios, de educación, de servicios sociales, a agentes implicados en la atención a las personas mayores, entre otros.
- 6.8. Mejorar la detección del riesgo y el abordaje de la conducta suicida en población adulta con dependencia enólica.
- 6.9. Establecer un marco de colaboración permanente entre el Departamento de Sanidad del Gobierno de Aragón y los Cuerpos y Fuerzas de Seguridad en la detección del riesgo y el abordaje de la conducta suicida.
- 6.10. Mejorar la detección precoz del riesgo de la conducta suicida en la población universitaria.
- 6.11. Disponer de un registro de suicidios consumados y articular en la historia clínica electrónica de Aragón un código de alerta de riesgo suicida.
- 6.12. Protocolizar y priorizar la continuidad asistencial en el riesgo autolítico y en el del entorno social de las personas que han consumado un suicidio.
- 6.13. Mejorar la detección, evaluación y clasificación del riesgo de suicidio.
- 6.14. Establecer procedimientos profesionales de actuación que permitan aumentar la seguridad en la gestión del riesgo de suicidio.
- 6.15. Mejorar la atención de la población en riesgo de suicidio mediante el acceso telefónico a líneas de ayuda y orientación, que contemple comunicación escrita por app de mensajería.
- 6.16. Divulgar entre la población general las líneas telefónicas de atención en caso de riesgo de suicidio.
- 6.17. Dotar a Aragón de alternativas de intervención en supervivientes del suicidio.

Actuaciones

- A.6.1 Compromiso/pacto de tratamiento mediático del suicidio según estándares recomendados por la OMS o similares, con asociaciones profesionales y empresas de medios de comunicación de Aragón.
- A.6.2 Campañas divulgativas de promoción de la salud mental y prevención del suicidio.
- A.6.3 Valorar y en su caso establecer un plan de dispensación de psicofármacos que acote los riesgos de sobreingestas.
- A.6.4 Establecer cauces para favorecer la formación continuada de profesionales en materia de salud mental y de prevención del suicidio.
- A.6.5 Informar y concienciar a la población adolescente y joven del riesgo de utilización y divulgación de estas páginas mediante publicidad ad hoc.
- A.6.6 Divulgar la responsabilidad y el procedimiento de notificación de los sitios de internet con contenidos que incitan o facilitan el suicidio.
- A.6.7 Implantación de un procedimiento de intervención preventiva y de abordaje de la conducta suicida en poblaciones vulnerables.
- A.6.8 Prestar colaboración en la formación e implementación de los Planes de prevención de suicidio propios de los Cuerpos y Fuerzas de Seguridad del Estado y Cuerpos de policía local en Aragón.
- A.6.9 Crear un grupo de trabajo con el objetivo de generar el material específico para llevar a cabo un protocolo de actuación ante un posible caso de riesgo de suicidio en la Universidad de Zaragoza.
- A.6.10 Implantación de un código de alerta sanitario sobre las tentativas suicidas o el riesgo autolítico que facilite la intervención asistencial específica.
- A.6.11 Establecer un acuerdo colaborativo con el Instituto de Medicina Legal de Aragón para la creación de una base de datos anonimizada de los suicidios consumados.
- A.6.12 Implantación de escala de detección de riesgo de suicidio, escala de factores de riesgo y algoritmo ante riesgo de suicidio en estructuras sanitarias y en servicios sociales.
- A.6.13 Procedimiento de atención telefónica a adultos y a menores de edad con riesgo de suicidio, mediante trabajo colaborativo entre las estructuras propias del Gobierno de Aragón y las entidades externas que prestan servicio telefónico a ciudadanos con potencial riesgo.
- A.6.14 Difundir regularmente las líneas de atención telefónica al riesgo de suicidio entre las poblaciones diana.
- A.6.15 Recoger en la web del Gobierno de Aragón un directorio específico de las diferentes alternativas existentes para la atención en salud mental de los supervivientes.
- A.6.16 Mejorar la actuación social y sanitaria en supervivientes del suicidio.
- A.6.17 Apoyo a la implementación de programas territoriales de intervención grupal e individual en supervivientes de suicidio.

Línea estratégica 7:**COORDINACIÓN, COLABORACIÓN Y TRANSVERSALIDAD****Objetivo general**

7. Propiciar la comunicación, la coordinación y el trabajo en red con distintos ámbitos institucionales y administraciones públicas que trabajan con perfiles vulnerables, facilitando el acceso a la asistencia necesaria en la red de Salud Mental.

Objetivos específicos

- 7.1. Crear espacios comunes de interacción y trabajo conjunto e identificar interlocutores para gestionar situaciones y/o casos complejos comunes.
- 7.2. Facilitar la interacción y toma de decisiones interinstitucional en beneficio de los usuarios.
- 7.3. Participar en programas de promoción de la salud mental en ámbitos de interés.
- 7.4. Crear procesos de intervención específicos para perfiles de abordaje complejo.
- 7.5. Incidir en la perspectiva de género en el abordaje de la enfermedad mental.
- 7.6. Potenciar la interacción y el trabajo conjunto entre la salud mental y las distintas especialidades del ámbito sanitario, en especial en condiciones médicas sensibles.

Actuaciones

- A.7.1 Difundir el funcionamiento de programas asistenciales y rehabilitadores y de los recursos disponibles de la red de Salud Mental entre los profesionales sanitarios y la ciudadanía.
- A.7.2 Programa de intervención sobre usuarios en CIS/judicializados: Diseño de un itinerario asistencial específico para personas con trastorno mental sujetas a medidas sustitutivas de condena y facilitar la continuidad asistencial tras el cumplimiento de medidas de privación de libertad.
- A.7.3 Atención en colaboración con servicios sociales a personas con enfermedad mental susceptibles de intervenciones desde éste área y salud mental.
- A.7.4 Educación: Intervenciones para la promoción de la salud mental en las aulas.
- A.7.5 Instituto Aragonés Mujer: colaboración directa en programa de intervención en mujeres víctimas de violencia de género.
- A.7.6 Intervenciones para la sensibilización de la salud mental en las empresas que permitan la adaptación mutua entre usuarios, formadores y otros profesionales en inserción y capacitación laboral para promocionar un mayor acceso a la contratación de personas con diagnóstico de enfermedad mental.
- A.7.7 Implementar la presencia y la actuación de los profesionales de salud mental en el ámbito de la oncología y de la medicina perinatal, así como en otras condiciones médicas especialmente sensibles, favoreciendo la gestión emocional de situaciones clínicas vulnerables.

Línea estratégica 8:**FORMACIÓN, INVESTIGACIÓN, INNOVACIÓN Y NUEVAS TECNOLOGÍAS EN SALUD MENTAL.****Objetivo general**

8. Estimular y priorizar áreas de desarrollo profesional en el ámbito de la Salud Mental, utilizando como vehículo conductor las posibilidades que ofrece el desarrollo tecnológico actual.

Objetivos específicos

- 8.1. Impulsar formación e investigación en áreas innovadoras y emergentes.
- 8.2. Potenciar el uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) en el desarrollo y avance de los cuidados en Salud Mental.
- 8.3. Fomentar la innovación terapéutica, la adaptación de avances técnicos y farmacológicos a la práctica clínica diaria.
- 8.4. Cuidar la salud mental de los profesionales que trabajan en este ámbito, con especial cuidado de los que se encuentran en periodo de formación o de aquellos que trabajan en unidades específicas que asocian mayor complejidad en la gestión emocional.
- 8.5. Promover la accesibilidad a información veraz y contrastada relativa a la Salud Mental a la población general en portales oficiales y redes sociales, facilitando la formación básica y el conocimiento del funcionamiento de la red de Salud Mental.
- 8.6. Implementar sistemas de calidad para la mejora de los servicios.
- 8.7. Adecuar la formación especializada en salud mental a las necesidades asistenciales, favoreciendo la acreditación de unidades docentes multiprofesionales e incrementando su oferta de plazas.

Actuaciones

- A.8.1 Crear espacios de cuidado y supervisión para los profesionales de Salud Mental.
- A.8.2 Diseñar un portal web de Salud Mental oficial, vinculado a RRSS, creando una identidad digital corporativa que ofrezca y gestione información de interés accesible y útil para la ciudadanía.
- A.8.3 Impulsar la creación y el uso de materiales audiovisuales formativos para usuarios y público general.
- A.8.4 Activar la nueva versión, con desarrollo e implementación, de la aplicación informática para la recuperación en salud mental PPR.
- A.8.5 Facilitar la unificación y homogenización de documentos/escalas/formularios oficiales en HCE.
- A.8.6 Impulsar programas y estudios de investigación que impulsen una mayor integración de la persona con enfermedad mental en la comunidad, así como de todas aquellas líneas de investigación que permitan favorecer la autonomía personal, la independencia y el bienestar.
- A.8.7 Desarrollo de instrumentos, programas y actividades que permitan a los profesionales de las diferentes disciplinas que trabajan en el ámbito de la salud mental recibir formación que apoye el desarrollo de las líneas propuestas en el Plan de Salud Mental.
- A.8.8 Acreditar todas las unidades docentes como multiprofesionales incrementando su oferta de plazas.

Línea estratégica 9:**HUMANIZACIÓN DE LA SALUD MENTAL.****Objetivo general**

9. Impulsar la introducción de elementos en la práctica clínica que favorezcan el respeto, la dignidad y la autonomía de las personas, prestando una atención sanitaria personal en base a sus capacidades, intereses, motivaciones y necesidades.

Objetivos específicos

- 9.1. Promover la respuesta personalizada de la atención en Salud Mental, fundamentada en la atención centrada en la persona.
- 9.2. Respetar las necesidades y la intimidad, descubrir y apoyar las potencialidades versus déficits, de las personas como clave para orientar la asistencia.
- 9.3. Ofertar una atención sanitaria integrada, integral y segura a la ciudadanía.
- 9.4. Considerar el papel activo de la persona en el ejercicio de sus derechos, potenciando la comunicación y la participación, otorgando un espacio fundamental a la autonomía y la corresponsabilidad en el cuidado de la propia salud y uso de servicios.
- 9.5. Impulsar la transparencia y la sensibilidad por parte del sistema sanitario, desarrollando mejoras en la organización de los servicios de Salud Mental para garantizar la continuidad asistencial y ofrecer la mejor atención posible.
- 9.6. Potenciar la sensibilización hacia la salud mental en los diferentes ámbitos, instituciones y centros, para erradicar el estigma.

Actuaciones

- A.9.1 Abordaje del estigma: observatorio del estigma en salud mental.
- A.9.2 Disminución de contenciones mediante su registro, formación e implementación de medidas alternativas.
- A.9.3 Activación del Plan anticipado sobre decisiones en salud mental, garantizando su difusión entre usuarios y profesionales, así como su inclusión en Historia Clínica Electrónica y seguimiento de sus resultados.
- A.9.4 Uso de diferentes canales para la inclusión de la opinión de los/as usuarios/as incluyendo difusión y utilización de escalas de satisfacción tras recibir asistencia sanitaria en los diferentes dispositivos de Salud Mental entre otros.
- A.9.5 Fomento de arquitectura humanizada en espacios sanitarios, residenciales y de apoyo al alojamiento: hospitalización de puertas abiertas, accesibilidad física y cognitiva de los espacios, confortabilidad e intimidad del paciente, con recursos suficientes que permitan un trato y acompañamiento dignos.
- A.9.6 Abordaje del autoestigma: Grupos apoyo mutuo/paciente experto: búsqueda de la reciprocidad y corresponsabilidad.
- A.9.7 Implementar programas basados en estrategias de afrontamiento activo, utilizando herramientas como la actividad física, entre otras.

A incluir en el Plan como elementos transversales y de especial interés:

- Accesibilidad a recursos y programas terapéuticos de usuarios en entornos rurales o con problemas de comunicación.
- Facilitar que los procedimientos, documentos, sistemas de información y comunicaciones sean accesibles, teniendo en cuenta siempre a personas con dificultades de comunicación y/o discapacidad.