

VALIDACIÓN DE UN MODELO DE EVALUACIÓN BIOPSIICOSOCIAL DE LA SALUD MENTAL POSITIVA.

Cuartas Montoya, Gina¹

Tamayo Agudelo, William²

RESUMEN

Introducción. Esta investigación busca evaluar la salud mental desde un modelo biopsicosocial, entendiendo que la salud y la enfermedad están en un continuo, en donde no está claro ni el inicio ni el final de la salud ni de la enfermedad; es por esto, que algunos aspectos del modelo biopsicosocial pueden ser modificados o no. Al abordar la salud mental desde el modelo biopsicosocial se tienen como aspectos fundamentales, que dicho modelo estimula un conocimiento más integral del sujeto y su entorno; integra los hallazgos de las tres esferas: biológica, psicológica y social; reconoce el papel central que desempeña la relación terapéutica en el curso de los

¹PhD. en Psicología. Docente, Universidad Cooperativa de Colombia, Sede Medellín-Colombia.

Correos electrónicos: gina.cuartasm@campusucc.edu.co, ginacuartas@gmail.com

²Magíster en Psicología. Docente, Universidad Cooperativa de Colombia, Sede Medellín-Colombia.

Correos electrónicos: william.tamayoa@campusucc.edu.co; wiltamayoa@gmail.com

Mendoza, FCPYS-UNCUYO, 16 al 18 de noviembre de 2016
sitio web: <http://elmece.fahce.unlp.edu.ar> - ISSN 2408-3976

acontecimientos; optimiza el trabajo en equipo; incorpora al profesional de la salud como parte del sistema que también debe ser cuidada. (Epstein, 2001; citado por Borrell, 2002, p.178). En tal sentido, el proyecto de investigación tiene como objetivo la construcción de un modelo de evaluación biopsicosocial para la salud mental positiva. Desde mediados del siglo XX la salud mental se ha incluido como una condición a la hora de abordar al ser humano como ser integral; en la realidad, la mayoría de investigaciones relacionadas con la salud mental hacen referencia a los trastornos mentales no a la salud mental. Es por ello que se considera importante y novedoso, construir un modelo de evaluación que identifique cuáles dimensiones desde lo biológico, psicológico y social abordan la salud mental de un individuo. Para el efecto, se formula la siguiente pregunta de investigación: ¿Cómo construir un modelo de evaluación biopsicosocial de la salud mental positiva?

Desarrollo. Esta investigación es de tipo descriptivo-correlacional, con un enfoque mixto. El proyecto dará como resultado un modelo de evaluación biopsicosocial de la salud mental positiva, el cual se realizará en tres fases: Fase 1, conceptualización de la salud mental positiva desde un modelo biopsicosocial; Fase 2, diseño y construcción del instrumento de evaluación biopsicosocial de la salud mental positiva; Fase 3, validez y confiabilidad del instrumento de evaluación biopsicosocial de la salud mental positiva. La investigación se encuentra en la segunda fase del proyecto; al finalizarla, se espera entonces que el modelo de evaluación biopsicosocial de la salud mental positiva, aporte aspectos teóricos que soporten diagnósticos integrales de la salud mental positiva, participando de la construcción de programas de promoción y prevención en torno a ella. De igual manera, se busca generar un impacto de utilidad metodológica al construir un modelo de evaluación biopsicosocial de la salud mental positiva, incluyendo en él, constructos actualizados y un sustento teórico basado en el abordaje integral del ser humano y sus implicaciones en la salud mental positiva desde la dimensión biológica, psicológica y social.

Conclusiones. Fase 1. Conceptualización de la salud mental positiva desde un modelo biopsicosocial. Los resultados fueron los siguientes: la revisión documental y el respectivo análisis de fuentes primarias y secundarias y las entrevistas a expertos; se definió la fundamentación epistemológica que sustentó la construcción del modelo

que se propone. Los instrumentos que se utilizaron en esta fase fueron: fichas catalográficas para la revisión sistemática y entrevistas semiestructuradas a siete (7) expertos en salud mental. Se realizó una búsqueda avanzada en la base de datos Pro Quest, teniendo como criterio de búsqueda "Salud mental positiva", de cuyo resultado se obtuvieron 556 artículos. De estos artículos revisados, alrededor de 62 se centran en variables positivas de la salud mental. Estas variables positivas actúan como un factor protector de salud mental del individuo: resiliencia, reevaluación positiva de la situación, soporte social, auto concepto, calidad de vida, creencias religiosas, regulación emocional, optimismo, sentido de vida, apoyo profesional y autonomía.

De las entrevistas semiestructuradas, se obtuvieron los siguientes resultados: los aspectos más relevantes que se deben abordar en la salud mental desde la dimensión biológica, son los aspectos salutogénicos hereditarios, los procesos de cognición y el adecuado funcionamiento del sistema nervioso central; de igual manera, el nivel de funcionalidad e independencia del individuo. En la dimensión psicológica de la salud mental se debe abordar, la capacidad de adaptación, los niveles de satisfacción personal, las estrategias de afrontamiento, la percepción de autonomía, el optimismo y bienestar subjetivo del individuo. En la dimensión social de la salud mental, es importante abordar el sentido de pertenencia a la familia, a entornos microsociales, a servicios asistenciales y a una adecuada red de apoyo social.

Fase 2. Diseño y construcción del instrumento de evaluación biopsicosocial de la salud mental positiva. Se diseñó el instrumento de medición de la salud mental positiva desde el modelo biopsicosocial. El cual consta de tres (3) dimensiones: biológica, psicológica y social; y diez (10) variables: Autonomía funcional, comportamientos saludables, satisfacción, felicidad, optimismo, autoestima, expresión de las emociones, autoeficacia, relaciones interpersonales, apoyo social.

Palabras clave. Modelo Biopsicosocial, Salud Mental Positiva.

Introducción

La salud y la enfermedad no son categorías son parte de un continuo, de un equilibrio inestable de múltiples factores biológicos, psicológicos y sociales en constante interacción, es por esto que no existe un completo estado de bienestar, sino grados variables de bienestar individual, es por esto que la enfermedad es la expresión de factores que se entretajan por períodos diversos en la historia personal frente al medio ambiente físico, social o cultural (Blanco – Restrepo y Maya – Mejía, 2013).

De igual manera, al abordar el concepto de salud mental se entiende que se desprende de un continuo salud – enfermedad; sin embargo, a la hora de evaluar la salud mental se evidencia que en la mayoría de investigaciones se realiza el diagnóstico desde la enfermedad mental o los trastornos mentales, por lo que es necesario crear un modelo de evaluación biopsicosocial de la “salud mental positiva”.

Desde hace algunos años se busca abordar el complejo binomio salud – enfermedad desde un modelo biopsicosocial, pero en la práctica, el abordaje se sigue realizando desde el dominante modelo biomédico.

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2013), define la salud mental *"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"*. En esta definición involucran no solo el aspecto físico de la enfermedad sobre el cuerpo como tal, sino también las condiciones sociales, los aspectos psicológicos y del comportamiento que influyen en el actuar, relacionar y en el bienestar físico y mental. Así como la vida es la condición de posibilidades para el goce de los demás derechos y libertades, la *Salud* es la condición de posibilidad para el goce pleno de dichos derechos y libertades. La *Salud* es la medida de la integridad del hombre (Llano- Franco y Castrillón – Quintero, 2006).

Por todo esto es necesario resaltar que la Salud Mental hace referencia a un estado de bienestar completo, que no se reduce solo a lo patológico (Blanco y Díaz,

2006; Mebarak, De Castro, Salamanca y Quintero, 2009; Oblitas, 2008) o solo a un aspecto de la vida de los sujetos, ya que hacer esto, sería desvalorar la multicausalidad de las alteraciones mentales y dejar de reconocer que el ser humano se halla inmerso en múltiples escenarios de los cuales hace parte y que influyen de una u otra manera en su bienestar, como la percepción individual de la que se habla en el artículo sobre Calidad de vida de Urzúa (2008) quien afirma que la calidad de vida puede medirse de manera objetiva o subjetiva a partir del estado o sentimiento de bienestar derivado del grado de satisfacción de la persona en distintas dimensiones de su vida, lo cual no se aleja mucho del concepto propiamente dicho sobre la salud mental, ya que esta puede ser un estado de bienestar tanto objetivo como subjetivo que dependerá de la satisfacción o insatisfacción que sientan los individuos en las distintas dimensiones de las cuales hacen parte.

El concepto de salud mental va más allá de los trastornos mentales y se resume en la calidad de vida de los individuos, así como el bienestar general se traduce en la composición de diversas satisfacciones no solo psicológicas sino también sociales y físicas (Oramas, Santana y Vergara, 2006).

Es entonces, que los procesos y/o estados multifactoriales y multideterminados, como los aspectos cognitivo – afectivo – emotivo – motivacionales, psicofisiológicos, conductuales y psicosociales, se consideran, en la promoción, mantenimiento y acrecentamiento de la salud, sea en la prevención, tratamiento y rehabilitación de la enfermedad, especialmente crónica. El especial reconocimiento de estos factores supuso la ampliación del modelo biomédico de la salud y la enfermedad hacia un modelo integrador, de naturaleza biopsicosocial, de las mismas (Simón, 1999).

El Modelo biopsicosocial propuesto por Engel (1977, citado por Velasco – Arias, 2009), el cual integra tres esferas, la biológica, la social y la psíquica. Según el modelo biopsicosocial la salud – enfermedad es un proceso integral, en donde se articulan aspectos biológicos, psíquicos y sociales, los cuales interactúan y se estructuran en causas necesarias, desencadenantes, coadyuvantes y asociadas en dicho proceso (Velasco – Arias, 2009). De igual manera, el modelo biopsicosocial se

caracteriza por su pretensión integradora, comprensiva y sistémica del proceso salud – enfermedad. Según Nieto- Munuera, Abad- Mateo, Esteban- Albert y Tejerina - Arreal (2004) “su postulado radica en que la interpretación de la enfermedad y la salud ha de hacerse en un contexto global en la organización de los sujetos y, a su vez, de éstos en la organización social con que se encuentran vinculados”.

Por otra parte, se plantea (Sperry, 2008; Havelka, Lucanin y Lucanin, 2009) que el modelo biopsicosocial asume de manera explícita las diferentes variables que inciden en la salud. Es un modelo que busca integrar de manera sistémica los ámbitos biológico, psicológico y social del individuo. Los sistemas en cuestión interactúan con el intercambio de información, energía y otras sustancias, dándose la convergencia de perspectivas muy diferentes en una concepción holista integrada dentro del modelo biopsicosocial, tal como ocurre con la psicología individual.

Dado que la mayoría de investigaciones en salud mental se centran en el diagnóstico de los trastornos mentales, este proyecto de investigación busca impactar desde la relevancia social, puesto que a partir del modelo biopsicosocial se podrán definir dimensiones de la salud mental positiva, desde esta perspectiva, se espera entonces aportar aspectos teóricos de la salud mental positiva, desde constructos actualizados basados en el abordaje integral del ser humano y sus implicaciones en la salud mental positiva desde la dimensión biológica, psicológica y social.

Los objetivos del presente trabajo son definir la fundamentación epistemológica de un modelo y constructo de salud mental positiva distinto y alternativo al modelo biomédico tradicional, así como identificar las dimensiones de evaluación biopsicosocial de la salud mental positiva de manera integral, lo que corresponde a la Fase 1, del macroproyecto de validación de un modelo de evaluación biopsicosocial de la salud mental positiva.

Sujetos y métodos

Diseño: En la elaboración de esta fase de la investigación, se utilizó una metodología cualitativa. La investigación se ha desarrollado a través del análisis de revisión documental y la entrevista individual semiestructurada.

Método deductivo: se establecieron unos objetivos específicos previos a la realización de las entrevistas, por lo que el enfoque seguido ha sido deductivo. El proceso de conocimiento iniciará con fenómenos generales del modelo biopsicosocial, la psicología positiva y la salud mental, para llegar a las características y dimensiones de la evaluación biopsicosocial de la salud mental positiva.

Muestra: se realizó 7 entrevistas a expertos en salud mental. Los criterios de inclusión fueron: a) ser magíster o doctor en salud pública con énfasis en salud mental, y temas afines; b) Trabajar en el área de salud mental; c) Haber publicado un artículo como mínimo de salud mental; y d) Haber participado en investigación en alguna temática de salud mental.

Los expertos se codificaron así:

- E1: Médica - Salubrista
- E2: Psicóloga - Doctora en Psicología de la Salud
- E3: Psicóloga – Magíster en Salud Mental
- E4: Enfermera – Doctora en Salud Mental Comunitaria
- E5: Psicólogo – Salubrista
- E6: Psicólogo – Magíster en Psicología Clínica
- E7: Psicóloga – Doctora en Psicología Clínica

Procedimiento: Para alcanzar el primer y segundo objetivo específico, se realizó una revisión documental exhaustiva y entrevista a 7 expertos en salud mental; que permitió contrastar los diversos modelos propuestos desde la literatura científica contemporánea en el campo de la salud mental y la identificación de sus componentes así como sus criterios de medida. Para estos objetivos se realizó un análisis descriptivo.

En el proceso de revisión sistemática, se escogió la base de datos ProQuest, la búsqueda implicó la utilización de las siguientes palabras claves, tanto en inglés como en español: salud mental y psicología positiva.

Los criterios de inclusión utilizados para seleccionar los artículos fueron: a) limitar a: texto completo y evaluado por expertos; b) fecha de publicación: todas las fechas; c) tipo de fuente: revistas científicas; d) tipo de documento: artículo principal y; e) idioma: inglés y español. Se ordenaron los resultados de acuerdo a la relevancia de los artículos. Se incluyeron estudios con metodologías cuantitativas, cualitativas y mixtas. Se excluyeron los artículos que no cumplieran con alguno de los criterios mencionados.

Teniendo en cuenta esos criterios de búsqueda se identificaron 556 artículos, se excluyeron 494 artículos por no tener relación con la investigación o no cumplían algunos de los criterios de inclusión, como por ejemplo; no era una investigación relacionada con la salud mental. Finalmente después de realizar el análisis de todos los artículos, se incluyeron en la investigación 62 artículos. Toda la etapa de revisión y análisis de los artículos se llevó a cabo a través de una matriz en Excel. Dicha matriz tenía como criterios a analizar: los objetivos de la investigación, el diseño metodológico, los resultados y las conclusiones.

Después de analizar los 62 artículos, las variables más significativas por el impacto en la salud mental positiva fueron: Bienestar personal, Satisfacción por la vida, Felicidad sentida, Bienestar psicológico, Reevaluación positiva, Modos de afrontamiento, Optimismo, Relaciones interpersonales y Autonomía.

Recogida de la información: tras la revisión sistemática de la literatura, se elaboró un guión de entrevista para recoger información sobre las características que se deben tener en cuenta para abordar la salud mental desde el modelo biopsicosocial. Con las entrevistas semiestructuradas, se analizó la información que diera cuenta del concepto de salud mental desde un modelo biopsicosocial; una de las intenciones con estas entrevistas es captar la realidad social teniendo en cuenta el punto de vista de los expertos entrevistados sobre cómo percibe, describe e interpreta el concepto de salud mental positiva desde su contexto para luego ser

analizadas y por último descritos. La recolección fue de manera individual y se realizó en un solo evento para cada persona con una duración aproximada a los 45 min. Durante la entrevista se tomaron evidencias escritas y de audio de manera que la información pudiera ser fácilmente analizada más adelante.

Plan de análisis: el análisis se dio a través de tres (3) momentos, los cuales fueron: Análisis preliminar, análisis intermedio y por último análisis final:

- Análisis preliminar: Momento en el cual las ideas surgieron a través de las entrevistas, donde los datos aportados por los expertos participantes de las diferentes áreas de la salud definieron el concepto de salud mental y sus categorías. Estos datos fueron debidamente anotados y recopilados con el fin de ser tomados en cuenta en el segundo momento de análisis.
- Análisis intermedio: Ya una vez teniendo toda la información recopilada y organizada, se categorizó a través de los criterios escogidos para una posterior codificación general y sin dejar fragmentos fuera del análisis con base a lo escrito y grabado durante las entrevistas.
- Análisis final: Se trató de entender y analizar lo antes recopilado y codificado para explicar y lograr definir el concepto de salud mental desde un modelo biopsicosocial. En este punto también se pudo volver a la primera fase de la investigación como es la revisión bibliográfica y así unificar criterios finales.

En el análisis se transcribieron las entrevistas de manera exacta, luego se organizó la información en un cuadro de categorización y codificación donde se sustrajeron los conceptos más significativos de cada parte de las entrevistas; al mismo tiempo se unificaron los criterios por medio de códigos y categorías que sirven como soporte para el posterior análisis.

Por último se cotejó la información inicial (Fichas catalográficas) con la información recolectada de las entrevistas y se concluyeron conceptos e ideas finales sobre la investigación.

La validación de la entrevista semiestructurada se realizó con la evaluación de 3 expertos en investigación cualitativa, el procedimiento fue el siguiente: 1) revisión,

corrección y validación de la entrevista semiestructurada; 2) revisión, corrección y validación del consentimiento informado.

Resultados

Características de los participantes: El número de informantes fue de siete (7) expertos en salud mental desde los diferentes enfoques estudiados en el modelo biopsicosocial: 1 Médica, 1 enfermera y 5 psicólogos; de los cuales, 5 fueron mujeres y 2 hombres.

A continuación se presentarán los resultados más significativos de las entrevistas realizadas, en donde se evidencian las características a tener en cuenta en la dimensión biológica, psicológica y social de la salud mental.

Dimensión biológica: El estado neurológico del sujeto influye directamente en el estado de salud mental; además hay que anotar que entre las personas entrevistadas hay consenso en el hecho de que el padecer una dolencia física no es determinante para la ausencia de la salud mental desde lo biológico.

"...La fisiología cerebral y la genética o sea la herencia, eso sería vital desde el punto de vista biológico y lógicamente la neuroquímica...(E1)".

"...en el biológico pues yo pienso que no sólo sería parte lo que tiene que ver con lo cerebral y con el sistema nervioso sino también el que haya salud en el cuerpo, salud en el resto de los sistemas...(E3)".

"...un funcionamiento que involucra varios sistemas que yo diría que no solamente el funcionamiento neurológico sino por ejemplo el funcionamiento inmunológico, el funcionamiento endocrino que digamos en forma armónica, sistémica y organizada...(E4)".

"...el primer escenario que hay que tener en cuenta de lo biológico, es básicamente la tradición de las Neurociencias, entendida como el funcionamiento del cerebro y lo que representa en ellos las nuevas ciencias cognitivas..." "...la microbiología humana también responde sobre condiciones mentales de las personas... (E5)".

"...desde lo biológico se debe tener en cuenta los antecedentes familiares....elementos nutricionales de seguimiento crecimiento y desarrollo ..."
"...desde lo biológico, la edad, el grupo etario al que pertenezca, el género, porque lo no es lo mismo una condición de salud en un niño que en un adulto mayor....(E6)".

"...hay unos factores genéticos, muy importantes asociados al comportamiento y a las habilidades cognitivas para el desarrollo..." "...sistema nervioso con el que cada uno nace, en términos de la responsabilidad fisiológica frente pues a la interacción con el medio..." "...lo del sistema endocrino que está claramente relacionado con el bienestar y con la salud mental...(E7)".

No basta solamente con definir la existencia o ausencia de enfermedad sino que también se debe evaluar el nivel de satisfacción de las necesidades fisiológicas tales como la alimentación, el abrigo, el techo y hábitos de vida saludable. Por otro lado contar con los beneficios de salud física tales como una red de salud o una red hospitalaria también es una variable a medir si se quiere evaluar el estado de salud mental desde este aspecto:

"...Desde lo biológico creo que uno debiera ver no solo la presencia activa o no de enfermedades, sino lo que son los hábitos de salud..." "...en estos hábitos de salud, que hacen a la salud y como condicionantes o no de la enfermedad, tienen que ver con las conductas humanas... (E2)".

"...desde lo biológico que esa persona pueda alimentarse, ejercitarse, tener hábitos saludables ...asuntos que tienen que ver con las afectaciones del soma...E3".

Dimensión Psicológica. En segundo lugar, también se observan puntos en común a la hora de definir el concepto de salud mental desde el ámbito psicológico. El nivel de habilidad para percibir y confrontar la realidad, los comportamientos derivados de este nivel de habilidad y la personalidad así como las actitudes del sujeto se consideran como variables axiales a la hora de evaluar la salud mental desde lo psicológico.

"...principalmente la parte de las emociones y el aspecto cognitivo del ser humano..."

"...el bienestar psíquico es lo que en las culturas se ha entendido como el sentimiento de felicidad..."

...la emoción las funciones intelectuales y las funciones afectivas...(E1)".

"...entonces la concepción de creencias, valores en las personas, religiosidades etcétera hacen los modos de percibir la salud..." "...no me puedo olvidar de las diferencias personales, individuales, las características de personalidad, para enfrentar las mismas dificultades o situaciones de salud - enfermedad...(E2).

"...una adaptación a las necesidades del medio pero también a las necesidades propias de cada individuo..." "...que lo que usted quiere y desea en la vida coincida con lo que usted puede y debe hacer....bienestar psicológico es como la posibilidad de tomar conciencia de la realidad, aceptar la realidad y hacer con ella algo...(E3)".

"...la personalidad por ejemplo, que van haciendo la relación entre lo biológico y lo psicológico que van generando esas respuestas en relación con la sociedad con lo que hacen..." "...somos desde el punto de vista de comportamientos y actitudes(E4)".

"... lo psicológico tiene que ver con un estado de satisfacción personal..." "...la satisfacción individual nos hace mantenernos en estados emocionales y de autopercepción más favorables ...(E5)".

"...características de personalidad en caso de adolescentes y adultos porque buscamos que rasgos asentados de personalidad pueden pronosticar algunos comportamientos riesgosos o salutogénicos..." "...estrategias de afrontamiento, las habilidades sociales que permitan al individuo desenvolverse en comunidades y en grupos de una manera saludable... (E6)".

"...la personalidad entendida como un sistema de procesos cognitivos, emocionales, fisiológicos que interactúan entre si y que van como generando hábitos..." "...los procesos psicológicos que tienen que ver con cómo uno percibe, interpreta, atribuye la información...sistemas de creencias que tiene la persona, su subjetividad, su interpretación...(E7)".

Es importante identificar que el componente biológico aporta a la comprensión de cómo funciona el cerebro y como interviene en el ámbito cognitivo, como por ejemplo: la manera de pensar, de actuar, de reconocer y de reflexionar son determinantes en el desarrollo social, individual y colectivo. Se evidencia entonces una relación entre los componentes biológico y psicológico que, es de esperar, es relevante en cuanto a la salud mental.

Dimensión social. En tercer lugar, el estado de las relaciones interpersonales, laborales y familiares es un punto de coincidencia entre las opiniones de los expertos respecto a la medición de la salud mental desde lo social, como se evidencia a continuación:

"...en el mundo capitalista pero también en el mundo socialista la producción de los seres humanos es lo que permite digamos construir una sociedad y esa producción está determinada por la cultura..." "...el bienestar social está medido por esas cosas que dijimos ahora que son calidad de vida..." "...Y desde lo social sería la vida de las relaciones interpersonales...(E1)".

"...en lo social, creo que hay que tomar muy en cuenta todas las condiciones ambientales..." "...el apoyo social, desde la familia por supuesto como básica, a las instituciones que tiene una sociedad y que son las grandes redes sociales...(E2)".

"...entendemos lo social como esa posibilidad de participar en los diferentes escenarios y de relacionarse con otras personas..." "...la posibilidad de la participación social; qué posición asume este ser humano...(E3)".

"...lo social y lo cultural son el fundamento de la salud mental, entendida como la posibilidad de relacionamiento y de dar respuesta a los conflictos o a las situaciones cotidianas que vivimos con nosotros mismos y con otros y con el mundo..." "...con formas organizativas donde nos insertamos económicamente, políticamente, socialmente desde el punto de vista de nuestra relación con ese mundo social y económico...(E4)".

"...El tema de la participación social es clave, los seres humanos que no participamos nos enfermamos..." "...la participación ciudadana en la toma de decisiones colectivas, y las relaciones en diferentes esferas...(E5)".

"...desde lo social es importante conocer las redes de apoyo a nivel primario y secundario, es decir cómo está el individuo con su familia, y su familia con el entorno..." "...posibilidad de acceso a los servicios básicos para vivir, vivienda, alimentación, servicios públicos, servicios de salud, educación, actividades sociales y culturales...(E6)".

"...la estructura social y la posición social y los sistemas de estigmatización, marginalización de las personas que producen cierta vulnerabilidad a las personas o cierta confianza..." "...estas en un medio que es controlable que es predecible, donde tú puedes diseñar estrategias para tu vida, tienes una percepción de control...esos medios donde la gente tenga oportunidades...(E7)".

La inclusión en diversos ámbitos (religioso, cultural, educativo, recreativo, político) el nivel y calidad de interacción del sujeto con la familia, la sociedad y el ámbito laboral califican, en opinión de los expertos, como variables sociales que influyen en la salud mental.

Discusión

Después del análisis, se observa la convergencia de opiniones que valoran positivamente el trabajo interdisciplinario y mancomunado para impactar la salud mental de la población. Con el trabajo fusionado entre las disciplinas enmarcadas en la salud, se logra una individualización del ser que piensa, siente, vivencia y se comporta de diferente manera a los demás a partir de su salud física, sus emociones, sus actuaciones, su cultura, su entorno social, familiar y laboral y es aquí donde el modelo biopsicosocial podría pasar de ser una palabra a un conjunto de acciones en pro de un ser humano en busca de soluciones a su salud mental.

Se pone de manifiesto la unidad absoluta de la persona, es decir, que sus "dimensiones (Biológicas, psicológicas y social), son distinguibles pero no separables. Cada una tiene un plano y un ámbito de manifestación específicos pero siempre desde la totalidad de la persona" (Cabanas Díaz y Sánchez y González, 2012).

A partir de las entrevistas realizadas y la revisión del estado del arte se encuentra que hay consenso entre los entrevistados en cuanto a qué variables influyen en la salud mental de un sujeto. Tanto el ambiente como la personalidad así como la fisiología del individuo influyen en sus emociones y por lo tanto en su salud mental.

En las disciplinas de la salud hay una necesidad de ver al ser humano como un ser biológico, pensante que actúa e interactúa condicionado por su historia y su cultura siendo éstas un sostén de su salud mental. El modelo biopsicosocial es una manera de aproximarse a los seres humanos como seres integrales y enriquece las intervenciones permitiendo la visión particular de cada individuo, relacionado con el bienestar mental siendo este un resultado del equilibrio entre los diferentes ámbitos del ser humano. Específicamente, desde lo que se llama "biopsicosocial" se tiene salud mental cuando hay armonía entre el bienestar físico, el bienestar psicológico y el bienestar social.

Como analices de todo el proceso de esta fase de la investigación, se propone una definición de la salud mental desde el modelo biopsicosocial, así:

"La SALUD MENTAL es un estado fluctuante de bienestar, dónde el individuo puede tener un intercambio armonioso con sus sistemas biológicos y con su ambiente, con las necesidades básicas satisfechas, con la posibilidad de redes sociales (familia, instituciones, etc.), con disponibilidad de acceso al sistema de salud y de control de su salud física; igualmente tiene la capacidad de adaptarse a diferentes contextos y resolver conflictos desde sus estilos de afrontamiento y rasgos de personalidad".

Referencias

Blanco, A y Díaz, D. (2006) Orden Social y Salud Mental: una aproximación desde el bienestar social. *Clínica y Salud*. 2006; 17, 1:7-29.

Blanco – Restrepo, J. y Maya – Mejía, J. (2013). *Fundamentos de Salud Pública. Tomo I. Salud Pública*. Colombia: Corporación para Investigaciones Biológicas.

Borrell, F. (2002). El modelo biopsicosocial en evolución. *Medicina Clínica*, Barcelona, 5, 175-179.

Cabanas Díaz , E., & Sánchez González , J. C. (Septiembre de 2012). Las raíces de la psicología positiva. *Redalyc*, 33(3), 172-182. Obtenido de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77824828005>

Havelka, M. Lucanin, JD. Lucanin, D. (2009). Biopsychosocial model--the integrated approach to health and disease. *Collegium Antropologicum.*; 33(1):303-10.

Llano- Franco, A. y Castrillón – Quintero, R. (2006). *Derechos y deberes de los actores que participan en el Sistema General de Seguridad Social en Salud*. Medellín: Universidad Pontificia Bolivariana.

- Mebarak, M. De Castro, A. Salamanca, M., Quintero, M. (2009). Salud mental: un abordaje desde la perspectiva actual de la psicología de la salud. *Psicología desde el Caribe*. Universidad del Norte; 23: 83-112
- Nieto – Munuera, J., Abad – Mateo, M., Esteban – Albert, M. y Tejerina – Arreal, M. (2004). *Psicología para ciencias de la salud*. México: McGrawHill.
- Oblitas, L. (2008). Psicología de la Salud: Una Ciencia del Bienestar y la Felicidad. *Avances en Psicología Latinoamericana*; 16, 1.
- Organización Mundial de la Salud, OMS, (2013). *Salud mental: un estado de bienestar*. Recuperado el 18 de junio de 2014. Disponible en: http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/es/
- Oramas, A. Santana, S. Vergara, A. (2006). El Bienestar Psicológico, Un Indicador Positivo de la Salud Mental. *Revista Cubana de Salud y Trabajo*; 7(1-2):34-39
- Simón, M. (1999). *Manual de Psicología de la salud*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Sperry, L. (2008). The Biopsychosocial Model and Chronic Illness: Psychotherapeutic Implications. *The Journal of Individual Psychology*; 64(3), 369-376.
- Urzúa, A. (2008). Calidad de Vida y Factores Biopsicosociales en Patologías Médicas Crónicas. *Terapias Psicológicas*; 26:207 – 214
- Velasco – Arias, S. (2009). *Sexos, género y salud*. España: minerva Ediciones.