

Construcción y Validación de un Instrumento para Evaluar la Actitud Hacia la Salud Mental

JOSÉ ANDRÉS MARTÍNEZ GÓMEZ.

Resumen— La salud mental presenta un reto para la Ciudad de México ya que problemas propios de la capital tales como, estrés, tención, embarazos tempranos, depresión, ansiedad, etc. son factores que desencadenan enfermedades mentales. En la primera fase se realizó un estudio exploratorio con la técnica de redes semánticas modificadas, con una muestra de 50 participantes, 25 hombres y 25 mujeres. Se obtuvo un tamaño de la red total de 312 definidoras del constructo, 144 para hombres y 168 para mujeres. Con base en los resultados del estudio exploratorio, se tomaron los indicadores más frecuentes y se elaboraron 60 afirmaciones con formato de respuesta tipo Likert de 5 puntos. El instrumento de medición para evaluar la actitud hacia la Salud Mental se aplicó en una muestra de 105 participantes voluntarios, 40 hombres y 65 mujeres. Se obtuvo una fiabilidad de .83 donde 8 factores explican el 54.6% de la varianza.

I. INTRODUCCIÓN

En la antigüedad, las culturas más complejas atribuían la locura a los dioses, las más primitivas a los demonios o a fuerzas de la naturaleza, creencias que dieron lugar hace 5000 años a las trepanaciones craneales practicadas casi en todo el mundo, con el fin de dejar salir a los demonios que provocaban las enfermedades mentales.

En el siglo V A.C, en Grecia, la doctrina conocida como humoralismo interpreta la salud como el equilibrio de los cuatro fluidos o humores que conformaban el cuerpo humano: la bilis negra, amarilla, flema y la sangre. Entonces, un problema digestivo se interpretaba como un desequilibrio en la composición humoral de los órganos. Esta teoría ubicaba las enfermedades en el cuerpo, y aquí es donde las enfermedades mentales se sitúan en el cerebro [1].

Para la Organización Mundial de la Salud [2] la salud se define como “un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”.

La salud mental se determina 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” [2].

Esta definición supera las antiguas divisiones de cuerpo frente a la mente. En el 2001, la OMS dedicó su informe anual a la salud mental, donde el lema del día mundial de la salud fue: “Sí a la atención, no a la exclusión” [3].

José Andrés Martínez Gómez pertenece a la Licenciatura de Psicología de la Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales y realizó el proyecto dentro del curso Teoría de la Medida (Email: jandres_mtzgzmz@hotmail.com).

El proyecto fue asesorado por Dra. Ana María Riquelme Viguera.

Los autores agradecen a: La Universidad La Salle y a la Dra. Ana María Riquelme Viguera por su apoyo e interés por la investigación.

La secretaría de salud [4], determina la salud mental como: “fenómeno complejo determinado por múltiples factores sociales, ambientales, biológicos y psicológicos, e incluye padecimientos como la depresión, la ansiedad, la epilepsia, las demencias, la esquizofrenia, y los trastornos del desarrollo en la infancia, algunos de los cuales se han agravado en los últimos tiempos. En este sentido, lograr que la población conserve la salud mental, además de la salud física, depende, en gran parte, de la realización exitosa de acciones de salud pública, para prevenir, tratar y rehabilitar”.

Tener salud mental crea una imagen positiva de uno mismo, y a su vez relaciones satisfactorias con amigos y otras personas. Apoya a una buena toma de decisiones y afrontar los desafíos de la vida en el hogar, el trabajo y la escuela.

El dolor y la incomodidad emocional de las personas cuando tienen problemas de salud mental son reales, un individuo que recibe un tratamiento adecuado tiene buena oportunidad para mejorar [5].

Cuando se trata con problemas emocionales o de salud mental es importante no hacerlo solo, es indispensable buscar ayuda de los servicios profesionales de la salud mental [5].

Según el Diccionario de la Real Academia Española [6] la psicología se define como: “Ciencia que estudia los procesos mentales en personas y en animales”.

Los psicólogos clínicos, llamados también como psicoterapeutas ayudan a las personas a resolver sus problemas personales. Trabajan en consultorios, hospitales, cárceles y clínicas. Algunos se especializan en administrar e interpretar test de la personalidad con el fin de determinar si la persona requiere un tratamiento y determinar el tipo del tratamiento. Los psicólogos clínicos se interesan en el diagnóstico, la causa y el tratamiento de los trastornos psicológicos [7].

La terapia de conversación (psicoterapia) es una herramienta importante del tratamiento de la salud mental, en algunas situaciones los psicólogos pueden recomendar el uso de medicación para una persona que tiene problemas de salud mental. Existen sentimientos, pensamientos y experiencias que indican la presencia de problemas en la salud mental o la necesidad de recibir ayuda. Es importante reconocer las siguientes señales:

- Encontrar poco o ningún placer en la vida.
- Sentirse inútil o sumamente culpable.
- Llorar mucho sin ningún motivo en particular.
- Aislarse de otras personas.
- Experimentar ansiedad grave, pánico o miedo.
- Tener grandes cambios en el estado de ánimo.

- Experimentar un cambio en los patrones de alimentación o sueño.
- Tener muy poca energía.
- Perder el interés en los pasatiempos y las actividades placenteras.
- Tener demasiada energía, tener problemas para concentrarse o continuar con planes trazados [5].

Los factores de riesgo pueden ser biológicos, emocionales, cognitivos, conductuales, interpersonales o relacionados con el contexto familiar.

A continuación se muestra un cuadro con los factores de riesgo y de protección para trastornos mentales principales [8]:

Factores de riesgo	Factores de protección.
Fracaso académico y desmoralización estudiantil.	Capacidad para afrontar el estrés.
Cuidar a pacientes crónicamente enfermos o dementes.	Adaptabilidad.
Insomnio crónico.	Autonomía.
Embarazos tempranos.	Estimulación cognitiva temprana.
Inmadurez y descontrol emocional.	Ejercicio.
Uso excesivo de sustancias.	Apego positivo y lazos afectivos tempranos.
Exposición a la agresión, violencia y trauma.	Alfabetización.
Desorganización familiar.	Autoestima.
Clase social baja.	Destrezas sociales y de manejo de conflictos.
Enfermedad médica.	Manejo del estrés.
Desbalance neuroquímico.	Apoyo social de la familia y amigos.
Eventos de mucha tensión.	Sentimientos de seguridad.

Los trastornos mentales son variados. Unos son leves y otros graves. Unos duran sólo unas semanas, mientras que otros pueden persistir toda la vida [9].

Algunos autores mencionan que “para el funcionamiento social de la persona es prioritaria la salud y especialmente la salud mental [10].

Una legislación sobre salud mental es necesaria para proteger los derechos de las personas con trastornos mentales, ya que son un sector vulnerable de la sociedad. Estas personas se enfrentan a la estigmatización, a la discriminación y a la marginación en todas las sociedades, incrementando así la probabilidad de que se violen sus derechos.

Los trastornos mentales afectan, en ocasiones, a la capacidad de la persona para la toma de decisiones y puede que además ésta no busque o acepte un tratamiento para su problema. En algunas ocasiones las personas con trastornos mentales pueden suponer un riesgo para sí mismas y para otros, debido a esa merma de su capacidad de toma de decisiones [11].

En México, de los 554 establecimientos ambulatorios de salud mental que existen, ofrecen atención a 310 usuarios por cada 100 000 habitantes, del total de usuarios atendidos, 56% fueron mujeres, 44% hombres y el 27% niños y/o adolescentes. Existen 46 hospitales psiquiátricos de los cuales 13 corresponden al sector privado, hay 5 camas por cada 100,000 habitantes, estos establecimientos atendieron a 47 usuarios por cada 100,000 habitantes: 50% eran mujeres y 6% niños o adolescentes [12].

La salud del ser humano se conforma por la salud física, mental y social, es importante que el ser humano tenga bienestar en las tres esferas de la salud ya que con la ausencia de una, dificulta a la persona para poder realizar actividades cotidianas, tener una vida productiva y fructífera.

La importancia de crear un instrumento para medir la actitud hacia la salud mental con un instrumento válido y confiable para nuestra cultura, emerge del problema que en México se vive una transición epidemiológica, cuyos rasgos más notorios son la disminución de las enfermedades infecto-contagiosas y el aumento de los padecimientos crónico-degenerativos, categoría en la que se encuentran los accidentes, las lesiones y los trastornos mentales. Estos últimos constituyen un importante problema de salud pública; un ejemplo es el trastorno depresivo, ya que ocupa el primer lugar en mujeres y el quinto en hombres. Cifras de la Organización Mundial de la Salud destacan que la depresión constituye un problema importante de salud pública. En el mundo, representa la cuarta causa de discapacidad en cuanto a la pérdida de años de vida saludables.

La ciudad de México en específico presenta factores que pueden desencadenar cuadros depresivos, como la inseguridad, la violencia, la pobreza y la falta de empleos, entre otros. [13]

Hablando de la actitud hacia la salud mental por parte de la población mexicana, se sabe que a pesar de la importante carga de enfermedad que representan los trastornos mentales, los datos de la última Encuesta Nacional de Epidemiología Psiquiátrica [14] señalan que existe una baja utilización de los servicios por parte de la población que presenta este tipo de padecimientos; por ejemplo, solo una de cada cinco personas con algún trastorno afectivo recibieron atención y solo una de cada diez con algún trastorno de ansiedad lo obtuvieron. El tiempo que tardan los pacientes en llegar a la atención oscila entre 4 y 20 años según el tipo de padecimiento. Una gran proporción de personas no acude a tratamiento, retrasa mucho la búsqueda de ayuda, o bien no recibe la asistencia adecuada. Por género, según el Informe Sobre el Sistema de Salud Mental en México del total de usuarios atendidos en centros de atención salud mental, 56% fueron mujeres y 44% hombres.

El fin de construir un instrumento que evalúe la actitud hacia la Salud Mental recae en la necesidad de saber que piensa la población acerca de la salud mental, con el fin de aportar o proporcionar herramientas de medición para futuras investigaciones relacionadas con la integración de programas de prevención e intervención, ya sea en sectores públicos o privados, como empresas, escuelas y hospitales donde requieran saber si la población de determinado lugar cuida su salud mental, esta dispuesto a cuidarla, tiene disposición a ser atendido o tiene confianza en los expertos en salud mental.

El propósito de la presente investigación fue crear un instrumento confiable y válido para medir la actitud hacia la salud mental en la cultura mexicana. La investigación se

conformó por dos estudios, el primero es un estudio exploratorio que atiende el significado del constructo de salud mental; y el segundo que contiene el desarrollo y validación de la escala

II. ESTUDIO 1: EXPLORATORIO

Significado de la definición de Salud Mental a través de la técnica exploratoria.

Método

Participantes

La muestra estuvo integrada por 50 participantes voluntarios adultos, 25 hombres y 25 mujeres de la Cd. de México, con edades de 18 a 55 años ($M = 28.37$, $D.E = 12.42$). En cuanto a la escolaridad, el 53.3% tienen estudios de bachillerato, 42.2% licenciatura y el 4.4% maestría; en su mayoría eran solteros (84.4%) el 6.6% casados, 6.6% divorciados y el 2.2% separados.

Instrumento

Se evaluó a través de la técnica de redes semánticas modificadas [15], en donde se solicitó a los participantes que: a) definieran con la mayor claridad el estímulo (constructo) que se les presentó (Para mí la salud mental es...), mediante el uso de 10 palabras sueltas (verbos, adverbios, sustantivos y adjetivos); y b) se solicitó a las personas que leyeran sus definidoras y le asignaran números en función de importancia que tenga el estímulo, esto es, indicándoles que marcaran con el número 1 a la palabra más cercana o relacionada con el estímulo, con 2 la que le sigue en importancia, y así sucesivamente hasta terminar de jerarquizar cada una de las palabras producidas.

Procedimiento

Los participantes fueron localizados por el investigador en diferentes partes de la Ciudad de México: escuelas, domicilios, plazas comerciales y parques públicos. Respondieron el cuestionario de manera voluntaria. Asimismo se destacó el anonimato y confidencialidad de las respuestas.

Resultados

En el caso de las redes semánticas se obtuvo un tamaño de la red total de 312 definidoras del constructo, 144 para hombres y 168 para mujeres. Las principales respuestas obtenidas a través de las redes semánticas se presentan en la Tabla 1. De acuerdo a los datos, se destaca que tanto hombres como mujeres, definen la salud mental, en primer lugar como bienestar; posteriormente felicidad, equilibrio y cerebro. Se obtuvieron más definidoras en el caso de las mujeres que en caso de los hombres. Dentro de las principales 23 definidoras del constructo, 8 son compartidas por ambos sexos, cabe hacer mención que dentro de estas definidoras principales, sólo los hombres definieron el constructo como importante, necesaria y alegría, mientras que las mujeres solo lo definieron como autoestima, amor y seguridad (Tabla 1).

Tabla 1

Pesos semánticos de las definidoras por sexo

DEFINIDORA	PS	DSC	DEFINIDORA	PS	DSC
HOMBRES			MUJERES		
Bienestar	43	100	Bienestar	73	100
Cerebro	43	100	Felicidad	72	98.6
Felicidad	31	72.1	Estabilidad	59	80.8
Importante	30	69.8	Equilibrio	44	60.3
Equilibrio	30	67.4	Tranquilidad	41	56.2
Neurona	26	60.5	Autoestima	40	54.8
Terapia	24	55.8	Seguridad	36	49.3
Inteligencia	21	48.8	Cerebro	30	41.1
Necesaria	20	46.5	Responsabilidad	29	39.7
Solidaridad	19	44.2	Amor	27	37
Mente	18	41.9	Congruencia	23	31.5
Tranquilidad	17	39.5	Confianza	21	28.8
Salud	17	39.5	Conciencia	17	23.3
Estabilidad	16	37.2	Salud	17	23.3
Comportamiento	15	34.9	Fortaleza	16	21.9
Lógica	14	32.6	Proactivo	16	21.9
Autoconocimiento	13	30.2	Actitud	16	21.9
Alegría	13	30.2	Saludable	15	20.5
Tristeza	13	30.2	Autónomo	15	20.5
Doctor	12	27.9	Aprendizaje	14	19.2
Psiquiatra	12	27.9	Autoconocimiento	13	17.8
Capacidad	12	27.9	Subconsciente	13	17.8
Habilidad	12	27.9	Sana	10	13.7

III. ESTUDIO 2: ELABORACIÓN Y ANÁLISIS DE LA ESCALA

Método

Participantes

Para el estudio 2, la muestra se conformó por 105 personas de la Ciudad de México, 40 hombres y 65 mujeres; con un rango de edad entre 19 y 59 años ($M = 30$, $D.E = 10.71$). El 21% de la muestra eran casados, el 60% solteros, 6.7% de unión libre, 8.6% separados y el 3.8% divorciados; el 50.5% eran egresados de alguna licenciatura y el 49.5% era estudiante de licenciatura.

Instrumento

Con base en los resultados del estudio exploratorio, en donde se evaluó el significado del constructo de salud mental, se tomaron los indicadores más frecuentes y se elaboraron 60 afirmaciones con formato de respuesta tipo Likert de 5 puntos (donde 1 era totalmente en desacuerdo y 5 totalmente de acuerdo).

Procedimiento

La aplicación de la escala se llevó a cabo en la Ciudad de México en distintos lugares como universidades, hospitales, parques públicos y domicilios a personas que cumplieran con el requisito de ser egresados o estudiantes de licenciatura, descartando a psicólogos, psiquiatras, neurólogos o algún otro especialista de la salud mental. Los participantes respondieron el instrumento de manera voluntaria y se les comentó que la información proporcionada era anónima y totalmente confidencial.

Resultados

Con base a los resultados obtenidos se aplicó un análisis factorial de componentes principales, con rotación ortogonal para obtener las dimensiones y la validez de constructo del instrumento. Se encontraron 8 factores con valor propio mayor de 1, los cuales explican el 54.6% de la varianza.

De este análisis, se eligieron 37 reactivos, con un peso factorial mayor o igual a .40. La consistencia interna de la escala total a través del alfa de Cronbach fue de .83 (ver Tabla 2).

Tabla 2.

Factores y reactivos que componen la escala

Factores	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Considero la psiquiatría como una ciencia que ayuda a personas con problemas mentales.		.797							
Pienso que la mente como cualquier otra cosa de mí puede enfermar.		.733							
Tener salud mental significa tener dominio total de tu propio pensamiento, emociones y actitudes.		.678							
Una persona autónoma cuidaría de su salud mental.		.678							
La psiquiatría es una ciencia encargada de cuidar la salud mental.		.644							
Mi salud mental influye en mi comportamiento.		.637							
La salud mental es necesaria para vivir plenamente.		.557							
Me considero responsable de cuidar de mi salud mental.		.511							
La salud está constituida por un bienestar físico y mental.		.483							
Consideraría acudir con un especialista si no me encuentro emocionalmente saludable.		.851							
Acudiría con el psiquiatra ó psicólogo por problemas de salud mental.		.826							
Consideraría acudir a terapia con el fin de tratar una enfermedad mental o desarrollarme como persona.		.787							
Una persona con un desequilibrio emocional conserva buena salud mental.		-.538							
Solo existe la salud física.									-.719
Pienso que la tristeza crónica es síntoma de buena salud mental.									-.692
Gozar de salud mental simboliza que somos congruentes con nuestras acciones.									.573
La salud mental no es fundamental para vivir plenamente.									-.533
La salud mental es sinónimo de capacidad para afrontar situaciones difíciles.									.466
La felicidad es síntoma de buena salud mental.									.855
Tener destrezas es señal de estar sano mentalmente.									.716
La alegría es síntoma de bienestar.									.676
El saber tomar buenas decisiones es señal de una persona sana mentalmente.									.466
Mantener la salud mental sería actuando conscientemente.									.791
La salud mental es importante.									.532
La salud mental es innecesaria.									-.516
La salud mental me provee destreza en la resolución de problemas.									.435
Cuidar mi salud mental previene una incapacidad intelectual.									.709
La buena salud mental de la sociedad contribuye a la solidaridad.									.687

La salud mental favorece la seguridad.	.651
La salud mental se relaciona con lo físico.	.485
Los servicios de los especialistas en salud mental motivan al autoconocimiento.	.431
Una persona con salud mental es una persona sana.	.757
La salud mental ayuda a mantener un cerebro sanamente.	.705
Tener autoestima es una forma de estar bien mentalmente.	.443
Un amigo puede ayudarme profesionalmente a cuidar de mi salud mental.	.857
Cualquier persona puede ayudarme profesionalmente a cuidar de mi salud mental.	.554
La tristeza crónica me puede indicar un desequilibrio en la salud mental.	-.506

Posteriormente se elaboraron las definiciones de cada uno de los factores de la escala (ver tabla 3).

Tabla 3.

Definiciones de los factores de la escala que mide la actitud hacia la salud mental.

Factor	Definición	Indicadores
1.-Susceptible	Capaz de recibir modificación o impresión.	Pienso que la mente como cualquier otra cosa en mí puede enfermar, la psiquiatría es una ciencia encargada de cuidar la salud mental, mi salud mental influye en mi comportamiento, considero la psiquiatría como una ciencia que ayuda a personas con problemas mentales.
2.- Acudir	Recurrir a alguien o valerse de él.	Consideraría acudir con un especialista si no me encuentro emocionalmente saludable, acudiría con el psiquiatra ó psicólogo por problemas de salud mental, consideraría acudir a terapia con el fin de tratar una enfermedad mental o desarrollarme como persona.
3.- Equilibrio	Ecuanimidad, mesura, sensatez en los actos y juicios.	Gozar de salud mental simboliza que somos congruentes con nuestras acciones, la salud mental es fundamental para vivir plenamente, la salud mental es sinónimo de capacidad para afrontar situaciones difíciles.
4.- Felicidad	Sentimiento grato y vivo que suele manifestarse con signos exteriores.	La felicidad es síntoma de buena salud mental, la alegría es síntoma de bienestar, el saber tomar buenas decisiones es señal de una persona sana mentalmente.
5.- Importante	Cualidad de lo importante, de lo que es muy conveniente o interesante, o de mucha entidad o consecuencia.	La salud mental es importante, la salud mental es necesaria, la salud mental me provee destreza en la resolución de problemas.
6.- Capacidad	Aptitud, talento, cualidad que dispone a alguien para el buen ejercicio de algo.	Cuidar mi salud mental previene una incapacidad intelectual, la salud mental favorece la seguridad, la buena salud mental de la sociedad contribuye a la solidaridad.
7.- Benéfica	Que hace bien.	Una persona con salud mental es una persona sana, la salud mental

8.- Científica	Que no tiene en cuenta los conceptos y métodos de la ciencia.	ayuda a mantener un cerebro sanamente, tener autoestima es una forma de estar bien mentalmente. Un amigo puede ayudarme profesionalmente a cuidar mi salud mental, cualquier persona puede ayudarme a cuidar de mi salud mental.
----------------	---	---

IV. DISCUSIÓN

De acuerdo a los resultados, se puede observar que la escala elaborada cumple con los criterios psicométricos de confiabilidad y validez.

El primer factor, el cual presentó mayor varianza explicada, se denominó susceptible, esto indica que para los participantes, la salud mental puede cambiar, modificarse, enfermar e influir en el comportamiento, la cual también puede ser asistida por algún especialista, como menciona la Asociación Americana de Psicología [5] “el dolor y la incomodidad emocional de las personas cuando tienen problemas de salud mental son reales, un individuo que recibe un tratamiento adecuado tiene buena oportunidad para mejorar; la terapia de conversación (psicoterapia) es una herramienta importante del tratamiento de la salud mental, en algunas situaciones los psicólogos pueden recomendar el uso de medicación para una persona que tiene problemas de salud mental”. Los factores de riesgo pueden ser biológicos, emocionales, cognitivos, conductuales, interpersonales o relacionados con el contexto familiar [8].

El segundo factor de la escala se denominó acudir, es decir los participantes relacionan la salud mental con el acudir a un especialista, esto en cuestión de que no se encuentren bien emocionalmente, para tratar un problema de salud mental o simplemente para desarrollarse como personas. Los psicólogos clínicos, llamados también como psicoterapeutas ayudan a las personas a resolver sus problemas personales. Trabajan en consultorios, hospitales, cárceles y clínicas. Algunos se especializan en administrar e interpretar test de la personalidad con el fin de determinar si la persona requiere un tratamiento y determinar el tipo del tratamiento. Los psicólogos clínicos se interesan en el diagnóstico, la causa y el tratamiento de los trastornos psicológicos [7]. En México, de los 554 establecimientos ambulatorios de salud mental que existen, ofrecen atención a 310 usuarios por cada 100 000 habitantes, del total de usuarios atendidos, 56% fueron mujeres, 44% hombres y el 27% niños y/o adolescentes [12].

El tercer factor de la escala se denominó equilibrio, ya que para los participantes el gozar de salud mental simboliza que somos congruentes en las acciones y es fundamental para vivir plenamente, a su vez es sinónimo de capacidad para afrontar situaciones difíciles, los trastornos mentales afectan, en ocasiones, la capacidad de la persona para la toma de decisiones y puede que además ésta no busque o acepte un tratamiento para su problema. En algunas ocasiones las personas con trastornos mentales pueden suponer un riesgo para sí mismas y para otros, debido a esa merma de su capacidad de toma de decisiones [11].

El cuarto factor de la escala se designó como felicidad, ya que para los participantes la felicidad es síntoma de buena

salud mental al igual que la alegría lo cual coincide con lo mencionado por la Asociación Americana de Psicología [5] “tener salud mental crea una imagen positiva de uno mismo, y a su vez relaciones satisfactorias con amigos y otras personas.

El quinto factor se denomina importante, ya que los participantes mencionaron que la salud mental es significativa y necesaria e igualmente provee destreza en la resolución de problemas lo que se traduce como inteligencia, lo cual se encuentra relacionado con lo que la Asociación Americana de Psicología [5] menciona: “la salud mental apoya a una buena toma de decisiones y afrontar los desafíos de la vida en el hogar, trabajo y la escuela”.

El sexto factor se señaló como capacidad, debido a que los participantes respondieron que si se cuida la salud mental se puede prevenir una discapacidad, también se mencionó que la salud mental favorece la seguridad y es necesaria para la solidaridad social. De esta manera algunos autores mencionan que “para el funcionamiento social de la persona es prioritaria la salud y especialmente la salud mental” [10]. Para la Organización Mundial de la Salud [2] la salud mental se determina como “un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, [...] puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad”.

El séptimo factor de la escala se llamó benéfica ya que para los participantes, la salud mental es afín a las personas sanas, mantiene el cerebro sano y a su vez el autoestima también es debido a ella, tal como menciona la Organización Mundial de la Salud [8], los factores de protección ante un trastorno mental es una persona con autoestima y estimulación cognitiva temprana.

El octavo factor de la escala se denominó científica, para los participantes un amigo o cualquier individuo puede ayudar a cuidar la salud mental, lo cual difiere con la definición de psicología. El diccionario de La Real Academia Española [6] la define como: “Ciencia que estudia los procesos mentales en personas y en animales”.

Los psicólogos clínicos, llamados también como psicoterapeutas ayudan a las personas a resolver sus problemas personales. Algunos se especializan en administrar test de la personalidad con el fin de determinar si la persona requiere un tratamiento y determinar el tipo del tratamiento. Los psicólogos clínicos se interesan en el diagnóstico, la causa y el tratamiento de los trastornos psicológicos [7].

Finalmente, se puede mencionar que el tema de la salud mental en la Ciudad de México, los ciudadanos en su mayoría tiene una actitud favorable y podrían acudir para poder prevenir o curar una enfermedad mental. Los hombres tienen una actitud hacia la salud mental de importancia, mientras que las mujeres optan más por los sentimientos, se puede ver que aun así la mujer es la que más acude a terapia psicológica. También se presentó poca creencia en la ciencia que trata la salud mental. En México no hay suficientes servicios de salud mental que pueda satisfacer las necesidades de todos los mexicanos, la salud actual en México es primordial pero es un reto para el país ya que solo el 2% del presupuesto de Salud Pública se usa para la salud mental. La salud mental por ser un tema que se ha dejado de lado es de importancia conocer la

actitud hacia ella ya que de esta depende la calidad de vida de la población, cada vez se presentan más problemas como la economía, la escasa educación, estrés y depresión que afectan la salud mental del mexicano lo cual lo hace vulnerable a ciertas enfermedades que pueden ser tratadas o no.

REFERENCIAS

- [1] O. S. García, “La piedra de la locura: inicios históricos de la salud mental”, *Revista Peruana de medicina experimental*, vol. 29, no. 1, 143 – 48, 2012.
- [2] Organización Mundial de la Salud, “Preguntas más frecuentes,” [online] 2013. Disponible en: who.int
- [3] J.M. Bertolote, “Raíces del concepto de salud mental,” *World Psychiatry*, vol. 6, pp. 113 – 116, 2008.
- [4] Secretaría de Salud , “La salud mental en México” *Servicio de investigación y análisis*, pp. 2 – 3, 2004.
- [5] Asociación Americana de psicología, “Cambie de opinión acerca de la salud mental,” [online] *American psychological association*, 2014. Disponible en: <http://www.apa.org/centrodeapoyo/cambie.aspx>
- [6] Real Academia Española, “Diccionario de la Real Academia Española,” [online] vol. 22, 2001. Disponible en: <http://lema.rae.es/drae/?val=psicolog%C3%ADa>
- [7] I. Díaz, and R. Nuñez, “Psicología Clínica: ¿Qué es? ¿Qué hace? ¿Cómo lo hace? ¿Para que sirve?,” pp. 8 – 10, 2010.
- [8] Organización Mundial de la Salud, “Prevención de los trastornos mentales: intervenciones efectivas y opciones de políticas: informe compendiado,” *Salud mental y abuso de sustancias*, pp. 22 – 24, 2004.
- [9] Organización Mundial de la Salud, “Informe sobre la salud en el mundo 2001,” *Salud mental: nuevos conocimientos, nuevas esperanzas, Biblioteca de la OMS*, pp. 29 – 30, 2001.
- [10] H. Hernández and S. Rodríguez, “Las diferencias entre una sociedad de pensamiento netamente mágico y otro de pensamiento racional,” *Cultura de los cuidados*, no. 5, pp. 65, 1999.
- [11] Organización Mundial de la Salud, “Legislación sobre la salud mental y derechos humanos,” *Salud mental y abuso de sustancias*, pp. 2, 2003.
- [12] Organización Panamericana de la Salud, “Informe sobre el sistema de salud mental en México,” pp. 16 – 17, 2011.
- [13] Periódico El Universal “Atender la depresión” Editorial El Universal, 17 de agosto de 2014, Disponible en: <http://www.eluniversalmas.com.mx/editoriales/2014/08/71898.php>
- [14] Instituto Nacional De Psiquiatría Ramón de la Fuente WMHS-OMS “Encuesta Nacional de Epidemiología Psiquiátrica”, Secretaría de Salud, 2010.
- [15] I.-Lagunes, “Las redes semánticas naturales, su concepción y su utilización en la construcción de instrumentos”, *Revista de Psicología Social y Personalidad*, vol. 9, no. 1, pp. 83-99, 1993.