

PARTICIPACIÓN OCUPACIONAL Y SALUD MENTAL



nova salud

PARTICIPACIÓN OCUPACIONAL Y SALUD MENTAL: CAMINO AL BIENESTAR INTEGRAL

Las actuales tendencias de abordaje de las adicciones y de las problemáticas de salud mental han incorporado más áreas de desarrollo del ser humano. Hemos evolucionado desde modelos de salud reduccionistas a paradigmas integrativos que consideran al ser humano como la interacción entre múltiples dimensiones que no pueden ser ignoradas. Así, a los ya conocidos aspectos biológicos, psicológicos y sociales que ya están considerados en el entendimiento de las dificultades de Salud Mental, los aspectos ocupacionales vienen a aportar un enfoque más acorde a los paradigmas actuales, comprendiendo que la participación en nuestra sociedad a través de roles es expresión de la salud.

Los Modelos de Atención Centrados en la Persona resultan ser los más adecuados para comprometer el acompañamiento terapéutico dentro del encuadre que los actuales paradigmas nos exigen. De esta forma, los terapeutas pueden centrar los objetivos y estrategias de la intervención en las formas particulares de sentir, pensar y actuar de los individuos en situación de adicción (o con cualquier diagnóstico de salud mental), lo que podría resultar en procesos terapéuticos y de desarrollo personal con un sentido más práctico, personal y significativo, pues lo que trabajamos con ellos estaría directamente relacionado con lo que las personas viven.

En este camino, los enfoques biomédicos, psicológicos y sociales resultan muy importantes, pero incompletos; el redescubrimiento del terapeuta ocupacional como aquel profesional que favorece la participación ocupacional y a través de ella, la integración e inclusión social, resulta ser la respuesta a las preguntas que los propios modelos emergentes nos hacen: ¿Cómo favorecemos el bienestar integral de las personas con diagnósticos de salud mental? ¿Cómo respondemos a las propias demandas de las personas, quienes piden ser más partícipes y activos en los procesos, tomar decisiones, responder a las necesidades particulares...? Es decir, se busca ser parte de, participar, no sólo en el proceso de terapia, sino que en la vida misma, la misma de la que fueron de alguna forma aislados producto de los propios procesos de abordaje clínicos y culturales.

Esto último resulta fundamental. Todo diagnóstico de salud mental (o una crisis de la misma naturaleza) es vivida como un quiebre en la vida del individuo, en la que el proyecto de vida se interrumpe y la persona pierde la capacidad de elegir y avanzar en sus propósitos. Si bien esta dinámica puede ser comprendida por un psiquiatra o explicada por un psicólogo, es el terapeuta ocupacional quien puede evaluarla e intervenirla, pues esta figura es quien apoya la Participación Ocupacional, que podría ser definida como el conjunto de actividades y ocupaciones que favorecen el bienestar en la integración a través del hacer. Explicar las dinámicas de la Participación Ocupacional desde la narrativa de la persona permite realizar los apoyos justos y necesarios para dar continuidad a la vivencia de la persona, hacerla parte de la construcción de la misma y visualizar cambios positivos y prácticos en el proceso de acompañamiento terapéutico. Por lo tanto, la relevancia de la Participación Ocupacional en el bienestar es fundamental, pues es a través de ella que el ser humano logra integrarse a las dinámicas propias de la sociedad, cumpliendo con lo que desea de sí mismo en concordancia con lo que la sociedad podría esperar de él.

En este aspecto, la figura del terapeuta ocupacional en el abordaje de las adicciones no está del todo explorada, o aprovechada. En nuestro país y debido a la falta de información, la Terapia Ocupacional ha estado relacionada principalmente a la reinserción sociolaboral y la prevención de recaídas a través de la intervención en las rutinas de las personas, en especial el tiempo libre. Sin embargo, una revisión más exhaustiva de los Modelos Conceptuales de la Práctica de la Terapia Ocupacional dan cuenta de una mayor profundidad en la comprensión de la Participación Ocupacional del ser humano, de la relación entre lo que lo motiva a realizar actividades, sus habilidades, la forma de las tareas, los factores ambientales, etc., lo que permitiría comprender en profundidad el cómo las personas adictas pueden ver impactado el desarrollo de aspectos personales que van más allá de lo laboral, como por ejemplo la ejecución de roles parentales, familiares o de amigo, la forma en que organizan el día a día, o el cómo los cambios neurológicos en el circuito de recompensa podrían alterar la consecución de objetivos de vida de mediano a largo plazo. Es decir, la comprensión del real alcance de la Terapia Ocupacional centrada en la persona y en la vivencia de su hacer cotidiano, permite orientar los esfuerzos de los procesos terapéuticos hacia el bienestar integral.