

Salud mental, desafíos y estrategias

Mental health, challenges and strategies

Justo Elier Galarraga Pérez ^{1*} <https://orcid.org/0000-0003-3091-0737>

Hilario Ondo Edjang Nfono ² <https://orcid.org/0009-0005-4403-1356>

¹Hospital Regional de Bata Litoral Dr. Damian Roku Epite Monanga, Bata Litoral, República de Guinea Ecuatorial.

²Ministerio de Sanidad y Bienestar Social, Malabo, República de Guinea Ecuatorial.

*Autor para la correspondencia: justoelie.mtz@gmail.com

RESUMEN

La salud mental constituye un pilar fundamental del bienestar integral de las personas y las comunidades lo que constituye un desafío para su fortalecimiento. En este estudio se realizó una revisión documental descriptiva con enfoque cualitativo, basada en fuentes de la OMS, ONU, UNICEF y literatura científica proveniente de revistas y artículos científicos. Se consultaron 30 publicaciones correspondientes al período comprendido entre los años 2020 y 2025.

Reflejan que más de mil millones de personas viven con algún trastorno mental y que el suicidio representa una de las principales causas de muerte en jóvenes. Entre los factores determinantes destacan los biológicos, psicológicos, sociales y estilos de vida. Existen importantes barreras como son los estigmas y la discriminación, el bajo financiamiento, la escasez de personal especializado, además de la baja concienciación comunitaria. Entre los retos actuales se encuentran la integración de la atención, la respuesta a factores sociales, el fortalecimiento de la fuerza laboral, la respuesta a crisis globales, la protección de derechos humanos, la promoción de entornos saludables y la gestión de la comorbilidad.



La salud mental es un derecho humano y una prioridad global. Su promoción requiere políticas sólidas, inversión en recursos humanos y un enfoque intersectorial, por lo que invertir en la salud mental equivale a invertir en el desarrollo sostenible, al fortalecimiento de las familias, las comunidades y las naciones.

Palabras clave: atención comunitaria; atención primaria de salud; prevención y promoción de la salud; salud mental.

ABSTRACT

Mental health constitutes a fundamental pillar of the comprehensive well-being of individuals and communities, which poses a challenge for its strengthening. This study conducted a descriptive documentary review with a qualitative approach, based on sources from the WHO, UN, UNICEF, and scientific literature from journals and scientific articles. A total of 30 publications from the period between 2020 and 2025 were consulted.

The findings reflect that more than one billion people live with some mental disorder, and that suicide represents one of the leading causes of death among young people. Among the determining factors are biological, psychological, social, and lifestyle factors. Significant barriers include stigma and discrimination, low funding, scarcity of specialized personnel, and low community awareness. Current challenges include the integration of care, addressing social factors, strengthening the workforce, responding to global crises, protecting human rights, promoting healthy environments, and managing comorbidity.

Mental health is a human right and a global priority. Its promotion requires robust policies, investment in human resources, and an intersectoral approach. Therefore, investing in mental health is equivalent to investing in sustainable development, strengthening families, communities, and nations.

Keywords: community care; primary health care; health prevention and promotion; mental health.

Recibido: 02/04/2026



Esta obra está bajo una licencia internacional [Creative Commons Atribución 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Aprobado: 01/06/2026

Introducción

La salud mental es un componente básico del bienestar general, imprescindible por su impacto en la productividad, la cohesión social y la calidad de vida de los seres humanos. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), ⁽¹⁾ el término Salud se define como un estado de completo bienestar físico mental y social y no simplemente la ausencia de enfermedad o dolencia. El mismo permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés en la vida, desarrollar todas sus habilidades, poder aprender y trabajar adecuadamente y contribuir a la mejora de su comunidad. La salud mental es fundamental en la vida por el bienestar que sustenta nuestras capacidades individuales y colectivas en la toma de decisiones, al establecer relaciones y dar forma al mundo en el que vivimos. Además, constituye un derecho humano fundamental y un elemento esencial para el desarrollo personal, comunitario y socioeconómico. ^(2,3,4)

En la actualidad, los problemas relacionados con la salud mental constituyen una preocupante significativa a nivel mundial; la OMS y la Organización de Naciones Unidas (ONU) coinciden en que es un derecho humano básico y una condición para el desarrollo individual y colectivo. Según el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), ⁽⁵⁾ más de mil millones de personas padecen algún trastorno mental, siendo la depresión una de las principales causas de discapacidad al igual que el suicidio, el cual representa más de 700.000 muertes anuales y la tercera causa de muerte en jóvenes de entre 15 y 19 años.

Un artículo publicado por la Fundación Anesvad, ⁽⁶⁾ basado en datos de la Organización Mundial de la Salud, reporta cifras alarmantes sobre la situación de la salud mental en África: más de 116 millones de personas padecen problemas de salud mental, aunque solo 20,0 % recibe atención adecuada, debido a la falta de recursos, la escasez de profesionales y el estigma cultural. Esto genera que muchos trastornos permanezcan sin tratar o se busquen soluciones en líderes tradicionales, a pesar de que la inversión gubernamental en salud mental ha aumentado, pero sigue siendo muy baja en comparación con las recomendaciones



internacionales. A esta situación de precariedad, hay que añadir el tabú que existe en muchas culturas africanas, cuando se supone abordar temas como la depresión o la esquizofrenia, los cuales son asociados en la mayoría de las ocasiones con el tema de las ciencias oscuras (brujería, curandería, KOM). En algunos casos, las personas con trastornos mentales son confinadas en sus hogares o llevadas a centros religiosos en lugar de recibir atención médica. La gran influencia de las culturas tradicionales a menudo vinculadas con una visión de lo mágico de origen animista, no sirven para combatir el sufrimiento individual, más bien lo estigmatizan e invisibilizan. Estas condiciones requieren la implementación de estrategias comunitarias inclusivas y culturalmente sensibles. ^(7,8)

Los altos costos son una barrera significativa que impide a muchos recibir atención profesional. El estigma rodea a las enfermedades mentales y menos de 30,0 % de los países africanos cuentan con políticas de salud mental para niños y adolescentes. Las generaciones más jóvenes en África están experimentando un empeoramiento general del bienestar mental en comparación con grupos de mayor edad. ⁽⁹⁾

Ante este contexto surge la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuáles son los principales desafíos estructurales y qué estrategias basadas en evidencia pueden implementarse para fortalecer la atención en la salud mental en países de bajos ingresos y en contexto de recursos limitados? Para lo que se planteó como objetivo:

Describir los principales desafíos de la salud mental y estrategias para su fortalecimiento.

Métodos

Se realizó una revisión documental descriptiva con enfoque cualitativo, basada en fuentes de la OMS, ONU, UNICEF y literatura científica proveniente de revistas y artículos científicos. Se consultaron 30 publicaciones correspondientes al período comprendido entre los años 2020 y 2025. El análisis se centró en identificar determinantes, campos de acción, barreras y retos actuales de la salud mental, así como proponer estrategias adaptadas a diversos contextos socioculturales.



Desarrollo

La salud mental estuvo determinada por una compleja interacción de factores como los biológicos, psicológicos y sociales; también de protección como redes sociales fuertes y resiliencia que aumentaron la estabilidad; mientras que la violencia, inseguridad y desigualdad incrementaron los riesgos. ^(10,11,12,13)

Entre los factores de riesgo se encontraron los biológicos que desempeñan un papel fundamental, ya que influyen directamente en la vulnerabilidad, el desarrollo y la evolución de diversos trastornos psicológicos. En primer lugar, la genética aumentó la predisposición individual de padecer determinadas alteraciones psiquiátricas, especialmente cuando existieron antecedentes familiares. Asimismo, la química cerebral resultó determinante, pues los desequilibrios en los neurotransmisores, así como los cambios hormonales, influyeron en el estado de ánimo, la regulación emocional y el comportamiento. La salud física se encontró estrechamente vinculada al bienestar psicológico, dado que enfermedades crónicas, dolor persistente o alteraciones metabólicas pudieron impactar negativamente en la estabilidad emocional. Además, aspectos como la nutrición y el sueño tuvieron un impacto en el bienestar mental, ya que una alimentación inadecuada y la privación del descanso interfirieron en el funcionamiento cerebral, disminuyeron la capacidad de afrontamiento y aumentaron el riesgo de trastornos mentales. En conjunto, estos factores biológicos interactuaron entre sí y con variables psicosociales, configurando un marco integral para comprender la salud mental.

Los factores psicológicos constituyeron un componente esencial ya que influyen en la manera en que la persona percibe, interpreta y responde a las experiencias de su entorno. Las experiencias de vida, especialmente aquellas marcadas por traumas, abuso o acoso escolar generaron huellas emocionales profundas que incrementaron la vulnerabilidad de trastornos psicológicos. A su vez, el estrés cuando ocurría de forma sostenida y prolongada sin espacios adecuados de recuperación alteraba el equilibrio emocional y afectaba el funcionamiento cognitivo y conductual. Las habilidades de afrontamiento desempeñaron un papel



determinante, permitiendo al individuo manejar situaciones adversas, regular las emociones y buscar apoyo social.

En cuanto a los factores sociales, estos influyeron de manera determinante en la salud mental, al configurar el contexto en el que las personas nacían, crecían y se desarrollaban. Las condiciones de vida, como el desempleo, la pobreza, la vivienda insegura y el acceso limitado a servicios básicos como la atención médica constituyeron factores de riesgo que generaban incertidumbre, ansiedad, estrés y sensación de vulnerabilidad. De igual manera el entorno familiar y social también desempeñó un papel clave ya que en un ambiente familiar inestable y disfuncional, la presencia de violencia o la carencia de relaciones interpersonales saludables pudieron afectar negativamente la estabilidad emocional y el desarrollo psicosocial.

Por otra parte, los factores estructurales, como la discriminación, las desigualdades económicas, las normas sociales y determinadas políticas públicas perpetuaron situaciones de desventaja y limitaron las oportunidades de bienestar.

El estilo de vida influyó directamente en la salud física, mental y social. Una alimentación adecuada y equilibrada favoreció el óptimo desempeño cerebral y contribuyó a la regulación del estado de ánimo, mientras que la actividad física regular actuó como un factor protector al reducir el estrés, mejorar la autoestima y estimular la liberación de neurotransmisores asociados al bienestar. En contraste, el consumo de sustancias psicoactivas pudo haber alterado los procesos neurobiológicos, aumentar el riesgo de padecer alguna afección psiquiátrica. El mantener hábitos de sueño saludables se consideró fundamental para la recuperación física, la concentración y la estabilidad emocional.⁽¹⁴⁾

Los factores protectores de la salud mental son recursos, condiciones y habilidades individuales, sociales y ambientales que fortalecieron la resiliencia, facilitaron el afrontamiento del estrés, promovieron el bienestar emocional y contribuyeron a que se reduzca el riesgo de trastornos psicológicos. Entre estos factores se encontraron a nivel individual una autoestima sólida y el autoconocimiento, los cuales favorecieron la confianza personal y la comprensión de las propias emociones, la resiliencia como capacidad para adaptarse al cambio y superar adversidades, las habilidades de afrontamiento orientadas a la resolución



constructiva de problemas y al manejo adecuado del estrés, así como hábitos saludables (el sueño reparador, la actividad física regular y una alimentación equilibrada); de igual forma, la inteligencia emocional permitió reconocer y regular tanto las emociones propias como las de los demás. En el plano social y relacional, se destacaron las redes de apoyo, conformadas por vínculos familiares, de amistad o de parejas estables y positivas. En cuanto a los factores ambientales y estructurales, resultaron protectores vivir en entornos seguros, contar con acceso oportuno a servicios de salud, educación de calidad, disponer de estabilidad económica mediante empleo digno y vivienda adecuada, además de mantener un sentido de vida a través de actividades recreativas, laborales o sociales que otorguen propósito. ^(15,16,17)

El campo de acción de la salud mental abarcó la promoción del bienestar emocional y psicológico, la prevención de trastornos, el tratamiento de condiciones de salud mental y la rehabilitación para la recuperación. Estos campos se implementaron en diversos entornos, desde la atención primaria y comunitaria hasta ámbitos específicos como la infancia, adolescencia, el trabajo y emergencias, lo que involucró estrategias multisectoriales y un enfoque en la participación social. La promoción permitió fomentar el desarrollo de estilos de vida saludables, la inteligencia emocional, la resiliencia y las habilidades de afrontamiento. También se implementó estrategias en el trabajo, como la de políticas que garantizaran entornos laborales seguros y saludables, en el sector de educación a través del aprendizaje socioemocional en escuelas y universidades y en la comunidad, mediante campañas de concienciación, formación en primeros auxilios psicológicos e intervenciones ante crisis como desastres naturales, violencia o emergencias. En cuanto a la prevención de trastornos, se diseñaron programas dirigidos a reducir el riesgo de suicidio, el consumo de sustancias psicoactivas y la aparición de trastornos en poblaciones vulnerables, especialmente durante la infancia y la adolescencia, apoyados por políticas públicas y acciones educativas. El diagnóstico y tratamiento de los trastornos mentales implicaron la identificación precisa de estas afecciones y la aplicación de intervenciones psicológicas y psicosociales adecuadas para su abordaje. La rehabilitación buscó vincular a las personas en unidades especializadas que favorecieran su recuperación y la



independencia, lo que es permitió controlar sus vidas y vivir con significado. (18,19,20) La intervención se desarrolló desde diferentes escenarios como son la Atención Primaria de Salud (APS), donde fueron integrados la salud mental en los servicios de salud generales, con un enfoque comunitario para la promoción, prevención y atención en las comunidades. Esto posibilitó fomentar entornos saludables, la participación social y el acceso a servicios de calidad, desde los centros educativos y lugares de trabajo con la implementación de programas de bienestar, capacitación para gerentes y apoyo a estudiantes y empleados. Cabe resaltar que la salud mental en emergencias brindó apoyo psicosocial durante desastres o crisis humanitarias.

Proteger los derechos humanos de las personas con trastornos mentales fue de suma importancia, lo que abogó por la derogación de leyes discriminatorias y la creación de políticas que promovieran la salud mental en todos los sectores. (21,22,23)

Las barreras y retos actuales en la salud mental reflejaron múltiples limitaciones estructurales, sociales y sanitarias que dificultaron el acceso oportuno a la atención y el desarrollo de sistemas de salud mental eficaces. Entre las barreras principales, (24,25,26) se destacó el estigma y la discriminación, que constituyó uno de los obstáculos más significativos ya que muchas personas sintieron vergüenza o temor al juicio social, lo que les impidió reconocer su malestar o buscar ayuda profesional. A ello se les sumó el acceso limitado a los servicios, condicionado por barreras geográficas, económicas y administrativas que afectaron especialmente a poblaciones vulnerables y a países de ingresos bajos y medianos. Asimismo, el costo del tratamiento y los gastos asociados desalentaron la continuidad de la atención, mientras que la escasez de profesionales de la salud mental, como psicólogos y psiquiatras, generó listas de espera prolongadas y cobertura insuficiente. También persistieron limitaciones en la infraestructura sanitaria que dificultaron la integración de la salud mental en la atención primaria junto con barreras tecnológicas relacionadas con el acceso desigual a la telemedicina, la privacidad y la conectividad. A estas dificultades se le añadió la baja concienciación comunitaria sobre los problemas de salud mental y las opciones de tratamiento, así como las barreras físicas y geográficas que restringieron el acceso a los servicios



especializados. Frente a estas limitaciones, emergieron importantes retos actuales, (27, 28,29) entre los que se encontraron la integración efectiva de la salud mental en todos los niveles del sistema sanitario, el abordaje de determinantes sociales como la pobreza, la violencia y la exclusión social y la gestión de la comorbilidad entre trastornos mentales y enfermedades físicas. Igualmente, resultó prioritario el fortalecimiento de la fuerza laboral en salud mental mediante la formación y contratación de profesionales, así como la respuesta a crisis globales que han incrementado la prevalencia de trastornos como la ansiedad y la depresión, desde la pandemia de COVID-19. Del mismo modo, fue fundamental la protección de los derechos humanos de las personas con trastornos mentales y la promoción de medios saludables en la familia, la escuela y el trabajo. En contextos africanos y en entornos con recursos limitados, estos desafíos requirieron estrategias adaptadas que incluyeron el fortalecimiento de la atención primaria, la formación de agentes comunitarios y la colaboración entre los sistemas tradicionales de cuidado y los servicios formales de salud, lo que pudo favorecer una mayor aceptación social y mejorar la eficacia de las intervenciones en salud mental.

El análisis de los datos recopilados en esta revisión documental evidenció que la salud mental constituyó un desafío global urgente, con brechas significativas entre las necesidades reales de la población y la capacidad de respuesta de los sistemas sanitarios. Los resultados confirmaron que más de mil millones de personas vivieron con algún trastorno mental, lo cual coincidió con los reportes recientes de organismos internacionales como la OMS, UNICEF y la Organización Panamericana de Salud (OPS).^(1,5) Esta tendencia creciente sugirió que los trastornos mentales no solo persistieron, sino que aumentaron en prevalencia debido a factores sociales, económicos, ambientales y culturales.

Uno de los hallazgos más relevantes fue que la depresión y la ansiedad se mantuvieron como las principales causas de discapacidad, lo que afectó a adolescentes y adultos jóvenes. Esta información adquirió especial relevancia al observar que el suicidio se posicionó como la tercera causa de muerte entre jóvenes de 15 a 29 años, fenómeno que evidenció fallas en los sistemas de prevención y la falta de intervenciones tempranas. Este resultado guardó coherencia con estudios previos que indicaron que las generaciones jóvenes



experimentaron un deterioro de su bienestar emocional más rápido que los adultos, producto de factores como la presión social, el desempleo, la inestabilidad familiar, el uso problemático de tecnologías y la falta de acceso a servicios especializados. ^(5,28)

En relación con los determinantes de la salud mental según estudios realizados, los resultados evidenciaron que la interacción entre factores biológicos, psicológicos, sociales y estilos de vida constituyeron un entramado complejo que influyó notablemente en el riesgo de padecer trastornos mentales. Este hallazgo reafirmó los modelos biopsicosociales propuestos por la OPS y la literatura más contemporánea. La presencia de desigualdades económicas, condiciones precarias de vida, violencia, discriminación y falta de redes de apoyo se identificaron como elementos de gran peso en el deterioro de la salud mental, especialmente en contextos de bajos ingresos. ^(10,14)

Otro resultado relevante fue la identificación de barreras estructurales y socioculturales, entre las que destacaron el estigma, la discriminación, la escasez de profesionales, el bajo financiamiento, la inaccesibilidad geográfica y la poca alfabetización en salud mental. El estigma apareció reiteradamente como la principal barrera global, impidiendo la búsqueda de ayuda y promoviendo el silencio, la marginación y el aislamiento de las personas afectadas. Estos hallazgos concordaron con investigaciones previas realizadas tanto en países desarrollados como en naciones de ingresos bajos y medios, lo que confirmó la universalidad del problema. ^(24, 25,26)

En los países africanos y contextos similares al de Guinea Ecuatorial, los resultados reflejaron que estas barreras son aún más pronunciadas. La persistencia de creencias tradicionales, la asociación de los trastornos mentales con causas espirituales o sobrenaturales y la influencia de prácticas religiosas fomentaron una visión estigmatizante que dificultó el acceso a servicios médicos formales. Esto coincidió con las evidencias que mostraron un porcentaje considerable de personas con trastornos mentales en África que acudían primero a curanderos, líderes religiosos o centros espirituales antes de buscar atención sanitaria o incluso en lugar de esta. Este aspecto reveló la importancia de incorporar enfoques culturalmente sensibles y de colaborar con actores tradicionales, como fue el caso



de los curanderos y líderes religiosos para mejorar la aceptación de los servicios de salud mental.^(6,9)

Sobre los campos de acción de la salud mental, los resultados de la revisión coincidieron con que las intervenciones más efectivas fueron la promoción del bienestar emocional, la prevención del suicidio y el consumo de sustancias psicoactivas, el diagnóstico y tratamiento oportuno, la rehabilitación psicosocial y la protección de los derechos humanos. Estas acciones debieron desarrollarse de manera transversal en distintos entornos como la atención primaria de salud, las comunidades, escuelas y centro laborales, lo que reforzó la necesidad de adoptar un enfoque intersectorial. Este hallazgo subrayó la pertinencia del fortalecimiento de la APS como estrategia esencial para garantizar la accesibilidad, especialmente en países con escasos recursos económicos y humanos.

Respecto a los retos actuales, los resultados evidenciaron la necesidad de integrar la salud mental en los sistemas sanitarios desde la comunidad, mejorar la respuesta a los factores sociales (pobreza, violencia, inseguridad), fortalecer la fuerza laboral especializada y responder adecuadamente a crisis globales como pandemias o desastres naturales. Esto fue coherente con los desafíos identificados por la OMS en su Atlas de Salud Mental 2024,⁽²⁸⁾ que reporta que más de 70,0 % de los países aún no logran implementar plenamente servicios comunitarios sostenibles.

Además, se evidenció que la protección de los derechos humanos fue un reto persistente, especialmente en regiones donde existieron prácticas discriminatorias y abusivas hacia las personas con trastornos mentales.⁽³⁰⁾ Esto reforzó la necesidad de marcos normativos actualizados, con enfoque de derechos y mecanismos de supervisión que garantizaron un trato digno.

Conclusiones

La presente revisión demuestra que la salud mental es uno de los pilares más débiles dentro de los sistemas sanitarios, especialmente en contextos de bajos ingresos. A pesar de la evidencia disponible y del reconocimiento internacional de



que la salud mental es un derecho humano fundamental, persisten brechas significativas entre las necesidades poblacionales y la capacidad de respuesta institucional.

Todos los resultados analizados evidencian que los trastornos mentales afectan a más de mil millones de personas en el mundo y constituyen una de las principales causas de discapacidad y mortalidad en adolescentes y jóvenes, lo que confirma la urgencia de fortalecer acciones preventivas, de promoción de la salud mental y el bienestar emocional, con la necesidad de adoptar un enfoque integral, comunitario e intersectorial donde estén implicados todos los factores de la comunidad.

Las barreras identificadas como los estigmas, la escasez de personal especializado, el bajo financiamiento y la limitada concienciación social, continúan deteriorando el acceso oportuno a servicios de calidad. De igual forma, los retos actuales, requieren estrategias sostenidas, contextualizadas y culturalmente sensibles.

Invertir en la salud mental no solo mejora la calidad de vida individual, sino que es una condición indispensable para el desarrollo social, educativo y económico de un país, por lo que fortalecer las políticas públicas, la capacitación del personal sanitario, la colaboración con líderes comunitarios y la articulación de múltiples sectores son elementos esenciales para avanzar hacia un sistema más inclusivo, equitativo y resiliente.

Referencias bibliográficas

1. Organización Mundial de la Salud. Ginebra, Suiza: OMS; 2026 [citado 11/11/2025]. Preguntas más frecuentes; [aprox. 5.p.]. Disponible en: <https://www.who.int/es/about/frequently-asked-questions>
2. Organización de Naciones Unidas. ONU; 2025 [citado 11/11/2025]. Salud mental y bienestar; [aprox. 14.p.]. Disponible en: <https://www.un.org/es/global-issues/mental-health>
3. Institute of Mental Health. Estados Unidos: NIMH; 2026 [actualizado 04/2026; citado 11/05/2026]. El cuidado de su salud mental; [aprox. 3.p.]. Disponible en: <https://www.nimh.nih.gov/health/topics/espanol/el-cuidado-de-su-salud-mental/el-cuidado-de-su-salud-mental>



4. Organización Panamericana de la Salud. Washington, Estados Unidos: OPS;2025 [citado 11/01/2026]. Salud mental; [aprox. 1.p.]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/salud-mental>
5. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. Florencia, Italia: UNICEF Innocenti: Centro Mundial de Investigaciones y Estudios Prospectivos; 2024 [citado 11/12/2025]. Estado mundial de la infancia 2024: El futuro de la infancia en un mundo en transformación. Resumen ejecutivo; [aprox. 12.p.]. Disponible en: <https://www.unicef.org/es/media/165166/file/SOWC-2024-executive-summary-ES.pdf>
6. Fundación Anesvad. Salud mental en África: tabú en muchos países africanos. 2025 [citado 11/11/2025]. Disponible en: <https://www.anesvad.org/estapasando/salud-mental-africa>
7. Organización de Naciones Unidas. ONU;2022 [actualizado 6/10/2022; citado 11/11/2025]. Prevenir el suicidio en África debe ser una prioridad; [aprox. 4.p.] Disponible en: <https://news.un.org/es/story/2022/10/1515967>
8. Organización Mundial de la Salud. África; OMS; 2025 [actualizado 12/10/2022; citado 11/11/2025]. Barreras para la atención de la salud mental en África; [aprox. 6.p.] Disponible en: <https://www.afro.who.int/news/barriers-mental-health-care-africa>
9. Sapiens Labs. 2025 [citado 11/11/2025]. Mental state of the world 2024; [aprox. 24.p.]. Disponible en: <https://mentalstateoftheworld.report/wp-content/uploads/2025/02/Mental-State-of-the-World-2024-ES-Online-Feb-28.pdf>
10. Esteban MM, Puerto ML, Fernández Cordero X, Jiménez García R, Gil de Miguel A, Hernández Barrera V. Factores que determinan la mala salud mental en personas de 16 a 64 años residentes en una gran ciudad. An Sist Sanit Navar. 2012[citado 11/11/2025];35(2):229-40. Disponible en: <https://scielo.isciii.es/pdf/asisna/v35n2/original4.pdf>
11. Equipo Neuropción. Centro psicológico. México: Equipo Neuropción. Centro psicológico; 2026 [actualizado 2/07/2024; citado 11/11/2025]. Factores sociales determinantes de la salud mental; [aprox. 10.p.] Disponible en: <https://neuropcion.com/factores-sociales-determinantes-de-la-salud-mental>



12. Obra Social de Docentes Particulares. Argentina: OSDOP; 2026[actualizado 9/10/2023; citado 11/11/2025]. Determinantes de salud mental; [aprox. 4.p.]. Disponible en: <https://www.osdop.org.ar/salud-mental/salud-mental-2>
- 13.Biblioteca Nacional de Medicina. Bethesda, Estados Unidos: MedlinePlus;2026[actualizado 16/04/2024; citado 11/11/2025]. Salud mental; [aprox. 6.p.]. Disponible en: <https://medlineplus.gov/spanish/mentalhealth.html>
14. Trianni A, Tausch A, Souza RO. Advancing mental health in the Americas: challenges and opportunities. Cad Saúde Publica. 2025[citado 11/11/2025];41(9):e00162325.
<https://www.scielo.br/j/csp/a/Tw5YHgV3sJkWSrLKgqCCVNd/?lang=en>
- 15.Góngora VC, Casullo MM. Factores protectores de la salud mental: estudio comparativo sobre valores, autoestima e inteligencia emocional en población clínica y población general. Interdisciplinaria. 2009[citado 11/11/2025];26(2):183-205. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/180/18011827002.pdf>
- 16.Hernández MRH. Factores protectores de la salud mental en estudiantes universitarios del área de Enfermería. Rev Latinoam Educ a Distancia. 2023[citado 11/11/2025];2(4):9-15. Disponible en: <https://unimeso.edu.mx/ojs/index.php/ReLED/article/view/134/134>
- 17.Fundación Patrizio Paoletti. Roma: Fundación Patrizio Paoletti [actualizado 13/02/2023; citado 11/11/2025]. Salud mental; [aprox. 6. p.]. Disponible en: <https://fondazionepatriziopaoletti-org.translate.goog/en/glossary/mental-health/? x tr sl=en& x tr tl=es& x tr hl=es& x tr pto=tc>
- 18.Achundia López EA, Montes Pérez AJ, Rodríguez Zambrano AD. Salud mental comunitaria en el contexto ecuatoriano: Un estudio de revisión. Tejedora. 2022[citado 11/11/2025];5(10):100-15. Disponible en: <https://publicacionescd.uleam.edu.ec/index.php/tejedora/article/view/319/508>
- 19.Cox Landázuri OL, Gómez Landázuri JF. Salud Mental en el Ámbito de la Educación Superior. Hallazgos21. 2024[citado 11/11/2025];9(1):111-24. Disponible en: <https://revistas.pucese.edu.ec/hallazgos21/article/view/651>
- 20.Etienne CF. Mental health as a component of universal health. Rev Panam Salud Publica. 2018[citado 11/11/2025];42:e140.



<https://iris.paho.org/server/api/core/bitstreams/233a8705-7433-4343-8a66-0470a1fe8592/content>

21. Restrepo DA, Jaramillo JC. Concepciones de salud mental en el campo de la salud pública. Rev Fac Nac Salud Publica. 2012[citado 11/11/2025];30(2):202-11. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/rfnsp/v30n2/v30n2a09.pdf>

22. La Moncloa. Madrid, España: 2026 [actualizado 25/04/2025; citado 11/11/2025]. Salud mental: claves, estrategias y acciones en marcha; [aprox. 16.p.]. Disponible en: <https://www.lamoncloa.gob.es/serviciosdeprensa/notasprensa/sanidad14/paginas/2023/100123-salud-mental-claves-estrategias-y-plan.aspx#:~:text=%C2%BFY%20c%C3%B3mo%20funciona%20el%20Plan,Enfoque%20integral>

23. Organización Panamericana de la Salud. México: OPS; 2026[citado 11/11/2025]. Salud mental: guía del promotor comunitario; [aprox. 36.p.]. Disponible en: <https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/31342/salud-mental-guia-promotor.pdf>

24. Estrada Araoz EG. Barreras que dificultan el acceso oportuno a la atención en salud mental. Rev. Cub. Medicina Militar. 2026 [citado 11/01/2026];55(1):e026076965. Disponible en: <https://revmedmilitar.sld.cu/index.php/mil/article/view/76965/3386>

25. Salaheddin K, Mason B. Identifying barriers to mental health help-seeking among young adults in the UK: a cross-sectional survey. Br J Gen Pract. 2016[citado 11/11/2025];66(651):e686-e692. Disponible en: <https://bjgp.org/content/66/651/e686>

26. Estrada Araoz EG. Barreras personales y estructurales en el acceso a los servicios de salud mental. Rev Hosp Psiquiatr. 2025 [citado 11/11/2025];22. Disponible en: <https://revhph.sld.cu/index.php/hph/article/view/879/480>

27. Wainberg ML, Scorza P, Shultz JM, Helpman L, Neria Y, et al. Challenges and opportunities in global mental health: a research-to-practice perspective. Curr Psychiatry Rep. 2017[citado 11/12/2025];19:28. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/316249374_Challenges_and_Opportunities_in_Global_Mental_Health_a_Research-to-Practice_Perspective



28. World Health Organization. Ginebra,Suiza: WHO; © 2025 [citado 11/12/2025]. Atlas de la salud mental 2024; [aprox. 86.p.]. Disponible en: <https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/5897b3c7-2848-47a7-ba22-0a7902342a81/content>
29. World Health Organization. Ginebra,Suiza: WHO; © 2025 [citado 11/12/2025]. World mental health today: latest data; [aprox. 52.p.]. Disponible en: <https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/31714489-1345-4439-8b37-6cbdc52e15ca/content>
30. Mar J, García Calvente MM, Cabasés J, Puig Barrachina V, Alonso J. Los retos actuales de la salud mental desde la salud pública y la administración sanitaria. Informe SESPAS 2020. Gac Sanit. 2020[citado 11/11/2025];34(S1):1–2. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0213911120302065>

Conflicto de intereses

Los autores declaran no poseer conflictos de interés.

Contribución de autoría

Conceptualización: Galarraga Pérez, Justo Elier; Ondo Edjang Nfono, Hilario.

Curación de datos: Galarraga Pérez, Justo Elier

Análisis formal: Galarraga Pérez, Justo Elier

Adquisición de financiamiento: Galarraga Pérez, Justo Elier; Ondo Edjang Nfono, Hilario.

Investigación: Galarraga Pérez, Justo Elier; Ondo Edjang Nfono, Hilario.

Metodología: Galarraga Pérez, Justo Elier; Ondo Edjang Nfono, Hilario.

Administración del proyecto: Galarraga Pérez, Justo Elier; Ondo Edjang Nfono, Hilario.

Recursos: Galarraga Pérez, Justo Elier; Ondo Edjang Nfono, Hilario.

Supervisión: Galarraga Pérez, Justo Elier; Ondo Edjang Nfono, Hilario.

Validación: Galarraga Pérez, Justo Elier; Ondo Edjang Nfono, Hilario.

Visualización: Galarraga Pérez, Justo Elier; Ondo Edjang Nfono, Hilario. 50,0 %

Redacción: Elaboración del borrador original: Galarraga Pérez, Justo Elier.

Redacción: Revisión y edición: Galarraga Pérez, Justo Elier. 50,0 %



Revisores: Dr. Jorge Luis Albarrán Gil

Dr.C.Adolfo Rafael Lambert Delgado

Corrector: Lic. Eslaine Regalado Juan.

