

Innovación en las estructuras de salud mental desde la autonomía y la formación

Lola Gabaldón Balsalobre

Coordinadora Autónoma de implementación y coordinación de proyectos en salud mental
Servicio de Salud de las Islas Baleares,
Dirección General de Salud Mental



Antonio Zamora González

Coordinador asistencial de salud mental y adicciones del Servicio de Salud de las Islas Baleares



La atención en salud mental está experimentando un momento de cambio urgente y profundo. El aumento de la demanda, la falta de profesionales y la necesidad de garantizar un bienestar emocional real han puesto en evidencia que no basta con mantener estructuras asistenciales heredadas: hemos llegado a un punto en el que es necesario transformar el modo en que pensamos, organizamos y prestamos la atención en salud mental, situando en el centro a las personas y sus derechos.

En este contexto, la iniciativa QualityRights de la Organización Mundial de la Salud (OMS) se presenta como un punto de referencia para responder a esta necesidad de cambios estructurales, culturales y comunitarios, con el objetivo de que la atención en salud mental sea realmente respetuosa con la dignidad, la inclusión y la autonomía de las personas. Hablar de respetar los derechos humanos en salud mental puede parecer obvio en la ac-

tualidad, pero la realidad muestra que aún existen prácticas normalizadas que vulneran esos derechos, desde el uso de contenciones y sujeciones hasta la ausencia de participación en las decisiones que afectan a la vida de las personas. QualityRights no solo implica respetar los derechos humanos en salud mental, sino transformar de manera estructural, cultural y comunitaria los servicios de atención, impulsando modelos que integren dignidad, inclusión social, participación real y recuperación personal.

Por ello, la innovación en QualityRights no se limita a herramientas tecnológicas o a nuevas intervenciones clínicas, sino que implica replantear los servicios de salud mental a partir de la participación, la formación inclusiva y continua, la cooperación entre sectores y la implementación de modelos de recuperación y consentimiento informado que fortalezcan la voz de las perso-

nas usuarias. Esta transformación no es un ideal lejano: ya se están dando pasos en diversas comunidades autónomas en España para convertir estos principios en prácticas concretas, con proyectos que muestran que otra atención en salud mental es posible y necesaria.

Muchos servicios de salud mental carecen de recursos humanos suficientes, una realidad que se repite no solo en diversas comunidades autónomas en España, sino en gran parte de Europa.

Innovaciones en la evaluación y la monitorización de derechos en salud mental

Uno de los principales retos en la implementación de QualityRights es garantizar una evaluación real y no meramente simbólica. Muchos servicios de salud mental carecen de recursos humanos suficientes, una realidad que se repite no solo en diversas comunidades autónomas en España, sino en gran parte de Europa. Así, es muy complejo que las y los profesionales puedan estar capacitados en derechos humanos y en metodologías de evaluación participativas.

En este sentido, para lograr una transformación real en las estructuras de atención en salud mental, en primer lugar se están dando pasos en lo referente a la implantación de los QualityRights, mientras que la monitorización y la evaluación se plantean para una segunda fase. Como decíamos, es necesario que la implantación vaya acompañada de una evaluación real y no solo simbólica, que sea amable con los profesionales y participativa, ayudando a vencer resistencias y fomentando una mirada de derechos como parte de la calidad de la atención.

El programa QualityRights incluye herramientas de monitorización y metodologías de auditoría social participativa que integran tanto a personas usuarias como a profesionales, facilitando la puesta en marcha de sistemas evaluativos con enfoque de derechos, de forma que cada paso dado consolide una cultura organizacional alineada con el respeto y la dignidad.

Modelos de atención basados en la recuperación y el consentimiento informado

Los sistemas de salud mental enfrentan hoy cuestionamientos éticos, sociales y clínicos que demandan respuestas innovadoras. El aumento de problemas de salud mental en población adulta e infanto-adolescente, junto con la falta de profesionales, genera un escenario crítico que solo se puede encarar a través de nuevas formas de entender y prestar la atención.

Los modelos de atención basados en la recuperación surgen como una respuesta transformadora que centra la dignidad, la esperanza y el poder de las personas para reconstruir su vida más allá del diagnóstico, priorizando la participación, el consentimiento informado y la corresponsabilidad en la toma de decisiones. La recuperación no es una técnica ni un protocolo, sino un cambio cultural y estructural en el que las personas dejan de ser receptoras pasivas de servicios para convertirse en agentes activos de su propio bienestar.

La tecnología como aliada en la promoción de derechos y autonomía

Vivimos en una era tecnológica que abre nuevas posibilidades para el fortalecimiento de los derechos de las personas con problemas de salud mental. Sin embargo, también existen barreras como la falta de equidad en el acceso o la resistencia cultural a nuevas herramientas digitales.

En este contexto, en la comunidad autónoma de las Islas Baleares se está implementando el proyecto de «telesalud mental», una apuesta de mejora digital, pensado especialmente para las personas usuarias, que ofrece opciones innovadoras a través de la digitalización de la asistencia, permitiendo a aumentar su autonomía y par-



Imagen por cortesía del Servicio de Salud de las Islas Baleares.

ticipación de forma activa en el proceso de recuperación y que seguramente procurará otras ventajas relacionadas con la tecnología.

La tecnología se convierte así en una herramienta para facilitar una toma de decisiones compartida y colaborativa, flexibilizar la asistencia y acercar recursos a quienes más los necesitan, contribuyendo a la reducción de listas de espera y a una atención más humanizada y accesible.

Innovación desde la participación: co-creación de servicios con personas usuarias

La verdadera innovación se consolida cuando se incluyen modelos de co-creación de servicios, donde las personas usuarias participan en la definición, la implementación y la evaluación de políticas y prácticas de atención. En las Islas Baleares se está diseñando un proyecto en cooperación con el tercer sector para incorporar el *peer to peer* (apoyo entre pares) en los servicios de salud

mental, integrando a personas con experiencia propia en los equipos profesionales. Esta iniciativa representa una propuesta innovadora que ya se está implementando en otras comunidades autónomas, pero no deja de ser un reto. Este avance representa uno de los cambios estructurales más importantes en la atención. Las formas de relación con el tercer sector, con el movimiento asociativo de primeras personas, aseguran la presencia y la inclusión, dentro del diseño de las políticas estratégicas en salud mental, de nuevos modelos de gobernanza que integran lo sanitario, lo social y lo educativo. Esta constituye una de las líneas fundamentales del que será el nuevo plan estratégico de salud mental, co-coordinado por Servicios Sociales, Educación y Sanidad, incluyendo la voz de las personas interesadas en primera persona y la participación directa de movimientos asociativos como parte activa del diseño de estrategias y políticas públicas. Este hecho asegura que cada política o acción diseñada tenga en cuenta las necesidades, deseos y derechos de quienes viven la experiencia de la salud mental.

Formación en QualityRights para la transformación institucional y cultural

La formación es una herramienta imprescindible para consolidar un cambio cultural e institucional en la atención en salud mental. En las Islas Baleares, el modelo QualityRights se conoció inicialmente a través de la experiencia de Catalunya, comenzando un proceso de formación en cooperación con la OMS para apoyar la implantación del modelo.

Las alianzas entre comunidades autónomas fortalecen la cohesión y la coherencia en la aplicación de modelos de atención innovadores en todo el territorio, asegurando una respuesta coordinada y sostenible que priorice los derechos de las personas.

Se ha realizado la primera edición de formación de formadores¹, integrando a profesionales de servicios públicos, del tercer sector, personas en primera persona y profesionales de Educación y Servicios Sociales. Esta formación innovadora no solo brinda herramientas técnicas, sino que genera espacios de reflexión sobre prácticas cotidianas, cuestionando lo «normalizado» para abrir nuevas formas de intervención respetuosas con los derechos humanos. Cada persona formada actúa como transmisora de este conocimiento en sus entornos laborales, familiares y comunitarios, asegurando un impacto

multiplicador que permite iluminar aquellas zonas de penumbra en las que aún se practican intervenciones que vulneran la dignidad de las personas por desconocimiento de alternativas más respetuosas y eficaces.

La formación continua e inclusiva genera cambios reales en las percepciones, actitudes y prácticas de los profesionales, permitiendo superar estigmas y resistencias, y creando entornos de atención más humanos y centrados en las personas. Las familias y personas usuarias también se benefician al encontrar profesionales capacitados en enfoques que priorizan el respeto, la escucha activa y la corresponsabilidad.

Proyectos innovadores en red: experiencias transformadoras

Uno de los proyectos innovadores impulsados a nivel nacional ha sido una formación dirigida a romper el estigma en profesionales que están en período de residencia. La iniciativa se ha llevado a cabo en colaboración con el Centro de Simulación Clínica de la Universidad del Bages. El objetivo es garantizar, desde las primeras etapas de formación profesional, una mirada comprometida con los derechos humanos, promoviendo la participación de las personas en sus procesos de salud física y mental, potenciando la autonomía y empoderamiento.

Por otro lado, en las Islas Baleares, a través de un proceso participativo, se está diseñando un proyecto arquitectónico para la creación de una sala de desescalada para atención a crisis, con el fin de reducir el uso de contenciones involuntarias y garantizar espacios de atención basados en la dignidad y la seguridad emocional.

Asimismo, se han realizado jornadas de intercambio entre comunidades autónomas en el marco del plan de acción del Ministerio 22-24 y de la Estrategia Nacional de Salud Mental², con el objetivo de compartir aprendizajes y reforzar el compromiso de mejorar la atención en salud mental desde la perspectiva de los derechos humanos.

La alianza entre comunidades: la reunión entre Catalunya e Islas Baleares

Catalunya, con su experiencia en la implementación de QualityRights, ha servido de referente para las Islas Baleares, generando un intercambio mutuo de aprendizajes y buenas prácticas. La reunión entre ambas comunidades, celebrada el pasado mes de marzo de 2025, permitió conocer experiencias concretas, desafíos su-



Imagen por cortesía del Servicio de Salud de las Islas Baleares.

perados y metodologías de formación que facilitaron el inicio del proceso de formación de formadores en las Islas Baleares³. Las alianzas entre comunidades autónomas fortalecen la cohesión y la coherencia en la aplicación de modelos de atención innovadores en todo el territorio, asegurando una respuesta coordinada y sostenible que priorice los derechos de las personas.

Compromiso institucional y participación comunitaria

Actualmente, la atención en salud mental se enfrenta a grandes dificultades debido al aumento de la demanda y a la falta de profesionales. Sin embargo, esta crisis representa una oportunidad para reinventar el sistema de atención, de manera de poner en valor nuevas categorías profesionales como el apoyo entre pares, implementando tecnologías que permitan flexibilizar la atención y reduciendo las listas de espera mediante la telesalud mental.

La creación del Comisionado de Salud Mental del Ministerio de Sanidad y la aprobación de los planes de acción en salud mental por parte de todas las comunidades autónomas representan alianzas fundamentales para esta transformación, junto con el primer Plan de Acción de Prevención del Suicidio⁴. Estos planes permiten financiar acciones concretas que mejoran la calidad de la atención, refuerzan la dignidad de las personas y garantizan que sus voces sean escuchadas y respetadas, impulsando un cambio de paradigma en el que los derechos humanos sean la base de cualquier intervención en salud mental.

La innovación en el campo de QualityRights implica mucho más que la implementación de nuevas tecnologías o protocolos clínicos. Supone un cambio profundo en la forma de entender la salud mental, las relaciones entre profesionales y usuarios, y la organización de los sistemas de atención.

Se trata de crear una cultura de respeto, dignidad y participación en la que cada persona sea reconocida en su capacidad de decidir sobre su vida y participar activamente en su proceso de recuperación, independientemente de su diagnóstico.

El camino hacia un sistema de salud mental verdaderamente respetuoso con los derechos humanos requiere alianzas sólidas, compromiso institucional y participación comunitaria, pero, sobre todo, exige voluntad para cuestionar prácticas normalizadas y reemplazarlas por intervenciones que coloquen a la persona en el centro de la atención. Innovar en salud mental no es opcional, es una necesidad ética, social y clínica que nos interpela a todas y todos. QualityRights nos ofrece el marco, las herramientas y la inspiración para avanzar en este camino, con la mirada puesta en un horizonte de más calidad, más dignidad y más voz para cada persona.

Referencias bibliográficas

1. Govern de les Illes Balears. Implementació dels Quality Rights a les Illes Balears. https://www.caib.es/sites/cursos_salutmental/ca/presentacio/
2. Ministerio de Sanidad, Gobierno de España. Comisionado de Salud Mental. Plan de Acción de Salud Mental 2025-2027. https://www.sanidad.gob.es/areas/calidadAsistencial/estrategias/saludMental/docs/Plan_de_accion_para_la_salud_mental_v2.6.pdf
3. Govern de les Illes Balears. Salut presenta la formació Quality Rights para potenciar, defender e impulsar los derechos humanos de las personas con problemas de salud mental. https://www.caib.es/pidip2front/ficha_convocatoria.xhtml?lang=es&urlSemantica=salut-presenta-la-formacion-quality-rights-para-potenciar-defender-e-impulsar-los-derechos-humanos-de-las-personas-con-problemas-de-salud-mental
4. Ministerio de Sanidad, Gobierno de España. Comisionado de Salud Mental Plan de Acción para la Prevención del Suicidio 2025-2027. https://www.sanidad.gob.es/areas/calidadAsistencial/estrategias/saludMental/docs/Plan_de_accion_para_la_prevencion_del_suicidio_2025_2027.pdf

Contacta con nosotros para cualquier pregunta:
brains@wemindcluster.com

Para contactar directamente con los autores:
Lola Gabaldón - dolores.gabaldon@ibsalut.es