**Promoción de la salud mental en distintos momentos de la vida.**

**MATERNIDAD VIVIDA**: Una alternativa para la salud mental

Este texto recoge la experiencia docente-servicio entre la facultad de enfermería de la Universidad Nacional de Colombia y los servicios de consultas de anticoncepción y de materno-perinatal e infantil en el hospital local del Carmen, durante dos años 1983 y 1984. Una revisión bibliográfica que diera soporte conceptual a la práctica hasta concluir en la producción del texto MATERNIDAD VIVIDA: una alternativa para la salud mental. 

El texto empieza llevando al /la lector/a a pensar la influencia cultural en la construcción de los roles de género y las dificultades que todo esto trae a la construcción de una relación de pareja que favorezca la funcionalidad dentro de la familia. Por tanto, los mensajes que han influido para hacerse padre o madre y los devastadores resultados sobre su salud mental cuando los padres y madres no han recibido instrucción al respecto.

El texto también profundiza sobre la realidad corporal de la mujer gestante, sus cambios físicos y emocionales, sus nuevas expectativas a nivel sexual, sus preguntas acerca de sus capacidades como madre, entre otras temáticas relacionadas. Para 1990 en Colombia se realizaba un curso psicoprofiláctico que enseñaba técnicas de relajación y respiración que mejoraba los umbrales de dolor y oxigenación para el parto, este texto adicionalmente y de manera central nos hace reflexionar sobre la maternidad y la paternidad como roles y prácticas culturalmente aprendidas.

 La secretaria de Salud de Bogotá adoptó el modelo de atención propuesto en este libro y lo desarrolla en el quinquenio 2000 a 2005 y apenas en el 2018 con la Resolución 3280 de 2018 “Por medio de la cual se adoptan los lineamientos técnicos y operativos de la Ruta Integral de Atención para la Promoción y Mantenimiento de la Salud y la Ruta Integral de Atención en Salud para la Población Materno Perinatal y se establecen las directrices para su operación”, se hace un reconocimiento explícito en la política pública, lo que ya este importante libro se destacaba.

**PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL EN LA ADOLESCENCIA Y JUVENTUD:** apuesta por el aprendizaje significativo y habilidades para la vida

A.SALUDARTE se articula mediante convenio docente asistencia con la Fundación Universitaria Juan N Corpas, en la práctica para la salud mental en campamentos y otras prácticas relacionadas con el cuidado de la salud mental.

**ATENCIÓN EN REHABILITACIÓN BASADA EN COMUNIDAD EN ADULTOS JÓVENES Y ADULTOS MAYORES**

A.SALUDARTE brinda servicios relacionados con un hogar protegido para personas con trastorno mental o neuropsiquiátrico (ver sección de “servicios” de la web). Igualmente se articula con la Fundación Universitaria Juan N Corpas para la investigación en rehabilitación basada en comunidad e innovación en atención en salud mental.

En años venideros, A.SALUDARTE busca seguir aportando desde la investigación y la innovación a la mejor atención en salud mental y la promoción de la misma a partir de habilidades para la vida desde lo vivencial.