

Exposición de motivos

Actualmente, el mundo se enfrenta a una crisis sanitaria mundial sin precedentes; la COVID-19 ha cambiado drásticamente las vidas de miles de millones de personas en todo el mundo; está desestabilizando la economía mundial y ha dejado en evidencia las capacidades de los países para lidiar con esta crisis y de resiliencia de los seres humanos para recuperarse de ella.

La pandemia constituye un punto de inflexión en la cotidianidad; los cambios drásticos de las rutinas de la vida cotidiana, el confinamiento, el miedo a contagiarse, el duelo, la pérdida de los seres queridos, la incertidumbre ante la estabilidad laboral y los ingresos; están desencadenando problemas de salud mental o agravando los existentes.

En nuestro país y en especial en Quito muchas personas están enfrentando mayores niveles de estrés, ansiedad, depresión, trastornos del sueño, irritabilidad, agresividad que se evidencia en los reportes de violencia intrafamiliar, femicidios y fratricidios, consumo de alcohol y drogas, intentos de suicidio, además hay que tomar en cuenta las secuelas provocadas por el COVID-19 que puede provocar agitación, anoxia, trastornos respiratorios, constante sensación de fatiga, complicaciones neurológicas y hasta accidentes cerebrovasculares.

“El miedo, la preocupación y el estrés son respuestas normales en momentos en los que nos enfrentamos a la incertidumbre, o a lo desconocido o a situaciones de cambios o crisis. Así que es normal y comprensible que la gente experimente estos sentimientos en el contexto de la pandemia COVID-19.”

La Organización Mundial de la Salud (O.M.S) define a la Salud Mental 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 satisfactoria y es capaz de hacer una contribución a su comunidad.

“La OMS declara de forma general que "no existe la salud sin la salud mental" y señala que "la salud mental es primordial para el desenvolvimiento humano, social y económico de las naciones y esencial para otras áreas de políticas públicas como son la asistencia social, los derechos humanos, la educación y el empleo"

La salud mental incluye el bienestar emocional, psicológico y social. Afecta la forma en que pensamos, sentimos y actuamos cuando enfrentamos la vida. También ayuda a determinar cómo manejamos el estrés, nos relacionamos con los demás y tomamos decisiones. La salud mental es importante en todas las etapas de la vida, desde la niñez y la adolescencia hasta la adultez y la [vejez](#) en el ciclo vital.

La psicología humanista existencial plantea a la salud mental como la necesidad de todas las personas al bienestar emocional, psicológico y social, de desarrollar sus capacidades, potencialidades y posibilidades para lograr su realización y mejorar su calidad de vida a lo largo del ciclo vida.

Ante esta situación compleja que nos toca enfrentar se ve afectada la forma de pensar, sentir y actuar al momento de enfrentar la vida y ante la toma de decisiones al no contar con las posibilidades y entorno favorable para construir y desarrollar el proyecto de vida; esto puede generar desequilibrio y frustración desencadenando conductas

desadaptativas, trastornos y enfermedades mentales que limitan la funcionalidad o generan discapacidad.

En cumplimiento de las competencias del Gobierno Autónomo del Distrito Metropolitano de Quito en el ámbito de la promoción y protección de la salud así como a la prevención de la enfermedad; es necesario desarrollar acciones enfocadas en la salud mental, que permitan el desarrollo integral del SER desde la perspectiva bio-psico-social, el bienestar y la autorrealización como una necesidad de todas las personas.

Ante las nuevas y desafiantes realidades que implica el relacionamiento con la tecnología, cómo el teletrabajo, la teleeducación de nuestros niños y jóvenes desde casa, la falta de contacto físico con los seres queridos y amigos, es importante que el Gobierno Autónomo del Distrito Metropolitano de Quito focalice sus esfuerzos en el liderazgo y gobernanza en la promoción de la salud y el bienestar mental, la aplicación de estrategias de promoción y prevención; fortalecimiento de los sistemas de Educomunicación, información, difusión y generación de conocimiento a partir del desarrollo de la investigación e evidencia científica.

La prevención y promoción de la salud mental deber ser enfocada en proporcionar herramientas para estar físicamente saludable, enfrentar el estrés de la vida, mantener relaciones sanas y satisfactorias, acompañamiento integral para alcanzar su completo potencial y generar espacios y actividades que fomenten la contribución significativa a la comunidad.

La promoción de la salud mental es importante porque ayuda a:

- Enfrentar el estrés de la vida
- Estar físicamente saludable,
- Tener relaciones sanas
- Contribuir en forma significativa a su comunidad
- Trabajar productivamente
- Alcanzar su completo potencial
- Satisfacción y autorrealización

Hay muchos factores diferentes que pueden afectar tu salud mental, incluyendo:

- Enfrentar una situación difícil, una enfermedad crónica, cuidar a un familiar enfermo, la pérdida de un ser querido o tener problemas de dinero.
- Experiencias de vida, como trauma, maltrato o abuso, violencia intrafamiliar
- Factores biológicos, como los genes o la química del cerebro
- Antecedentes familiares de problemas de salud mental
- Su estilo de vida, como la dieta, actividad física y
- Consumo de sustancias

Los problemas de salud mental tienen signos, señales y síntomas de advertencia, como:

- Cambios en sus hábitos alimenticios o de sueño
- Aislarse de las personas y actividades que disfruta
- Encontrar poco o ningún placer en la vida
- Tener nada o poca energía
- Sentirse vacío o como si nada importara
- Tener dolores y molestias inexplicables

- Sentirse impotente, sin esperanza o sumamente culpable.
- Usar sustancias lícitas o ilícitas de manera habitual.
- Tener cambios en el estado de ánimo, sentirse inusualmente confundido, olvidadizo, enojado, molesto, preocupado o asustado
- Tener pensamientos y recuerdos que no puede sacar de la cabeza
- Escuchar voces o ver imágenes que otras personas no escuchan o ven
- Creer que los demás se confabulan en su contra
- Pensar en lastimarse a sí mismo o a otros
- No poder realizar tareas diarias

El identificar estos signos y síntomas a tiempo ayuda a fortalecer la capacidad para enfrentar la situación difícil y desarrollar resiliencia y evitar que se desencadenen problemas en la salud mental, por eso es vital buscar ayuda que va desde la catarsis o conversación del problema que le agobia, recibir terapia con un profesional de la salud mental o en casos mas complicados el uso de medicamentos debidamente prescritos por un profesional de la salud.

EL CONCEJO METROPOLITANO DE QUITO

Visto el informe No., expedido por la Comisión de

CONSIDERANDO

Que, la Constitución de la República del Ecuador en adelante (“La Constitución”), en el número 1 del artículo 3, señala que se deberá: “Garantizar sin discriminación alguna el efectivo goce de los derechos establecidos en la Constitución y en los instrumentos internacionales, en particular la educación, la salud, la alimentación, la seguridad social y el agua para sus habitantes.”

Que, la Constitución, en el artículo 32, reconoce a la salud como un derecho que garantiza el Estado, cuya realización se vincula al ejercicio de otros derechos, entre ellos, los que sustentan el buen vivir; reconoce y garantiza a las personas el derecho a una vida digna, que asegure la salud;

Que, el artículo 45 de la Constitución, establece que las niñas, niños y adolescentes tienen derecho “a la integridad física y psíquica; a su identidad, nombre y ciudadanía; a la salud integral y nutrición; a la educación y cultura, al deporte y recreación; a la seguridad social; a tener una familia y disfrutar de la convivencia familiar y comunitaria; a la participación social; al respeto de su libertad y dignidad”

Que, el artículo 240 de la Constitución, señala que los gobiernos autónomos descentralizados de las regiones, distritos metropolitanos, provincias y cantones tendrán facultades legislativas en el ámbito de sus competencias y jurisdicciones territoriales;

Que, el artículo 359 de la Constitución, establece que: “El sistema nacional de salud comprenderá las instituciones, programas, políticas, recursos, acciones y actores en salud; abarcará todas las dimensiones del derecho a la salud; garantizará la promoción, prevención, recuperación y rehabilitación en todos los niveles; y propiciará la participación ciudadana y el control social.”;

Que, el artículo 2 de la Ley Orgánica del Sistema Nacional de Salud precisa que: “El Sistema Nacional de Salud tiene por finalidad mejorar el nivel de salud y vida de la población ecuatoriana y hacer efectivo el ejercicio del derecho a la salud. Estará constituido por las entidades públicas, privadas, autónomas y comunitarias del sector salud, que se articulan funcionalmente sobre la base de principios, políticas, objetivos y normas comunes.”;

Que, de conformidad con el número 9 del artículo 7 de la Ley Orgánica del Sistema Nacional de Salud, los organismos seccionales como los Consejos Provinciales, los Concejos Municipales y las Juntas Parroquiales forman parte del Sistema Nacional de Salud.

Que, el artículo 73 del Código Orgánico de Organización Territorial, Autonomía y Descentralización («COOTAD») determina: “Los distritos metropolitanos autónomos son regímenes especiales de gobierno del nivel cantonal establecidos por consideraciones de concentración demográfica y de conurbación, los cuales ejercerán las competencias atribuidas a los gobiernos municipales y las que puedan ser asumidas, con todos los derechos y obligaciones, de los gobiernos provinciales y regionales.”;

Que, el artículo 85 del C.O.O.T.A.D. estipula: “Los gobiernos autónomos descentralizados de los distritos metropolitanos ejercerán las competencias que corresponden a los gobiernos cantonales y todas las que puedan ser asumidas de los gobiernos provinciales y regionales, sin perjuicio de las adicionales que se les asigne.”;

Que, la Ley Orgánica de Salud en su artículo 14 indica: “Quienes forman parte del Sistema Nacional de Salud, implementarán planes y programas de salud mental, con base en la atención integral, privilegiando los grupos vulnerables, con enfoque familiar y comunitario, promoviendo la reinserción social de las personas con enfermedad mental.”;

Que, Mediante Acuerdo Ministerial número 4349 emitido y suscrito por la máxima autoridad del Ministerio de Salud Pública del Ecuador, el 27 de septiembre del año 2013, se creó la Comisión de Salud Mental del Ministerio de Salud Pública que tiene por objeto establecer lineamientos estratégicos y operativos para la gestión de la salud mental, de manera coordinada entre las distintas instancias involucradas, a fin de generar acciones eficientes e integrales.;

Que, En el artículo II.1.4 que es parte del Capítulo I Disposiciones Generales, del Título I Normas y Regulaciones en las Acciones en Salud en el Distrito Metropolitano de Quito Libro II.1 De La Salud del Código Municipal para el Distrito Metropolitano de Quito (“Código Municipal”) se construye a que: “El Municipio del Distrito Metropolitano de Quito promoverá las condiciones sociales que contribuyan y permitan garantizar a todos los ciudadanos que habitan en el territorio del Distrito, sin discriminación alguna, la plena vigencia y el efectivo goce del derecho a la salud y demás derechos relacionados.” (...);

Que, El artículo II.1.9 del Código Municipal expone: “Se implementarán programas y proyectos orientados a la prevención de enfermedades y problemas prioritarios de salud pública en el Distrito Metropolitano de Quito, considerando el ciclo de vida. Se priorizará el desarrollo de programas y proyectos de prevención y difusión de información en los problemas de salud de los grupos de atención prioritaria.”; y,

Que, El literal e) del artículo II.1.10 del Código Municipal señala al: (...)“Monitoreo y seguimiento de la situación de salud en general y los problemas de salud mental de la población del Distrito Metropolitano de Quito (...)” como parte de uno de los ámbitos para desarrollar por parte de la Secretaría Metropolitana de Salud, en coordinación con otros organismos municipales competentes, las acciones de prevención de las enfermedades de mayor incidencia y prevalencia en el Distrito Metropolitano de Quito como problemas prioritarios de salud pública, promoviendo la participación de la ciudadanía.

Que, la salud mental debe ser concebida como un derecho humano fundamental que debe ser garantizado y que es indispensable para el goce de una vida saludable y el buen vivir, es esencial para el desarrollo sustentable de la población.

En ejercicio de las atribuciones establecidas en los artículos 87 letra a) del Código Orgánico de Organización Territorial, Autonomía y Descentralización; y, 8 número 1 de la Ley Orgánica de Régimen para el Distrito Metropolitano de Quito,

EXPIDE LA SIGUIENTE:

ORDENANZA METROPOLITANA DE LA PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL Y FORTALECIMIENTO DE LOS MÉTODOS DE PREVENCIÓN PARA EL BIENESTAR INTEGRAL EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO.

Artículo Único.- Incorpórese luego de la Sección I De La Promoción y Protección de la Salud, y Prevención de la Enfermedad, del Capítulo II Ámbitos de Acción, del Título I Normas Y Regulaciones en las Acciones en Salud en el Distrito Metropolitano de Quito, del Libro II.1 De La Salud del Código Municipal Para el Distrito Metropolitano de Quito, la siguiente sección:

DE LA PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL Y FORTALECIMIENTO DE LOS MÉTODOS DE PREVENCIÓN PARA EL BIENESTAR INTEGRAL EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO.

SECCIÓN (...)

DE LA INSTITUCIONALIDAD, OBJETO, FINES Y DEFINICIONES RELACIONADAS A LA SALUD MENTAL

Artículo (...) **Objeto.-** El objeto de la presente sección es planificar, desarrollar e implementar el plan estratégico para la promoción y protección de la salud mental y fortalecimiento de los métodos de prevención que garanticen el bienestar integral en el Distrito Metropolitano de Quito.

Se ratifica la garantía del derecho a una vida sana y saludable para lo cual se deben ejecutar acciones orientadas a garantizar el derecho a vivir en condiciones y ambientes integralmente saludables, que faciliten el equilibrio emocional en los diferentes momentos del ciclo vital de sus habitantes.

Artículo (...). **Ente Rector.-** la Secretaria encargada de la Salud Pública en el Distrito Metropolitano de Quito es el ente rector que ejercerá su competencia en la aplicación de la presente ordenanza.

Artículo (...). **Ente Ejecutor.** - El ente Ejecutor de los planes, programas y proyectos de salud mental será la dependencia encargada de la promoción, prevención y vigilancia de la salud.

Artículo (...). **Financiamiento.-** El Municipio del Distrito Metropolitano de Quito, a través de la Administración General y la Secretaria encargada de la Salud, coordinará la inclusión dentro de los planes operativos anuales y de planificación, el presupuesto correspondiente que permita atender los planes, programas y proyectos promoción y protección de la salud mental y fortalecimiento de los métodos de prevención que garanticen el bienestar integral en el Distrito Metropolitano de Quito.

Artículo (...) Fines .- tiene los siguientes fines:

- 1.- Liderazgo y gobernanza la promoción de la salud mental y el bienestar integral,
- 2.- Aplicación de estrategias de promoción, protección de la salud mental y prevención de enfermedades, trastornos mentales y conducta disfuncionales;
- 3.- Fortalecimiento de los sistemas de Edu-comunicación, información y difusión de la salud mental.
- 4.- Generación de conocimiento a partir de evidencia e investigación científica.
- 5.- Garantizar la atención oportuna y humanizada de las personas que presenten signos, señales y síntomas de afectación en su salud mental, establecidos en el protocolo debidamente elaborado y aprobado por la Secretaría Metropolitana de Salud.
- 6.- Coordinar y promover la participación de organizaciones que desarrollan planes y programas para la promoción de salud mental y fortalecimiento de los métodos de prevención que garanticen el bienestar integral en las áreas rurales y urbanas del Distrito Metropolitano de Quito.
- 7.- Garantizar la asistencia oportuna, especializada y humanizada de las personas que padecen trastornos o enfermedades mentales.
- 8.- Promover la inclusión plena y efectiva de las personas que padecen trastornos mentales no incapacitantes.
- 9.- Erradicar toda forma de discriminación, odio, explotación, violencia y autoritarismo contra las personas afectadas por el o los padecimientos de trastornos mentales.

Artículo (...) Definiciones. - Para la aplicación de la presente ordenanza se tendrá en cuenta las siguientes definiciones;

1. Afectividad.- Aspecto de adaptación del individuo con funciones propias que orienta y matiza las acciones del sujeto; abarca todos los estados anímicos y todas las reacciones que se enraízan en el instinto y en el inconsciente.

Las características de la afectividad son:

actualidad -pertenece al momento en que se dé en la persona-,
intensidad -variable dependiendo de la situación-,
irradiación -ligados a objetos o acontecimientos que lo originan-.

Agresividad.- Comportamiento básico y primario en la actividad de los seres vivos, que está presente en la totalidad del reino animal. Procede del latín *agredi*, ir contra alguien con la intención de producirle daño.

La agresividad consta de tres elementos que la caracterizan;

- a) tiene un carácter intencional;
- b) hay consecuencias aversivas o negativas sobre objetos u otras personas incluida la misma persona;
- c) su variedad expresiva, pudiendo manifestarse de múltiples maneras con mayor frecuencia de índole física y verbal.

Ansiedad.- Estado emocional displacentero que se acompaña de cambios somáticos y psíquicos, puede presentarse como una reacción adaptativa ante un peligro inminente o como una respuesta desproporcionada ante la ausencia de cualquier peligro ostensible, a lo cual se le conoce como trastorno.

Atención.- Función psicológica que permite seleccionar un estímulo o grupo de ellos del conjunto de una experiencia, y que implica, generalmente, un esfuerzo del sujeto para conseguirlo.

Conciencia.- Conocimiento simultáneo, en la unidad del tiempo, de sí mismo y del mundo circundante y, por lo tanto, es el reflejo de la realidad.

Depresión.- La depresión se presenta como un conjunto de síntomas de predominio afectivo (tristeza patológica, apatía, anhedonia, desesperanza, decaimiento, irritabilidad, sensación subjetiva de malestar e impotencia frente a las exigencias de la vida); se presentan síntomas de tipo cognitivo, volitivo y somático, por lo que podría hablarse de una afectación global psíquica y física, haciendo especial énfasis en la esfera afectiva. Un trastorno depresivo se puede identificar a través de la observación del individuo, como el deterioro de su apariencia y su cuidado personal, enlentecimiento psicomotriz, tono de voz bajo, facies triste, llanto fácil o espontáneo, disminución de la atención, verbalización de ideas pesimistas (culpa, hipocondría, ruina...) alteraciones del sueño y quejas somáticas inespecíficas. La base para distinguir estos cambios patológicos de los ordinarios, viene dada por la persistencia de la clínica, su gravedad, y el grado de deterioro funcional y social.

Enfermedad Mental.- Se refiere a una amplia gama de afecciones de la salud mental, es decir, trastornos que afectan el estado de ánimo, el pensamiento y el comportamiento.

Lenguaje.- Expresión de ideas o pensamientos a través de la palabra o de sonidos articulados o inarticulados (lenguaje oral), de signos gráficos convencionales (escritura), o mediante ademanes y gestos (mímica) que permiten la relación y el entendimiento entre las personas.

Lucidez.- Estado de conciencia de una persona normal que es capaz de mantener una conversación y dar respuestas atinentes a las preguntas simples que se le formulan.

Medicina basada en evidencia.- Uso concienzudo, explícito y bien ponderado de la mayor evidencia actual para tomar decisiones relacionadas con las intervenciones para individuos, comunidades y poblaciones que faciliten los mejores resultados actualmente posibles al reducir la incidencia de enfermedades y al permitir que las personas mejoren su salud y aumenten el control que ejercen sobre ella.

Orientador familiar.- Profesional que estudia a la familia como fenómeno complejo y multireferencial a través de una metodología científica.

Percepción.- Organización e interpretación de los estímulos que llegan al organismo a través de los órganos de los sentidos. Es un proceso biocultural, porque, por un lado, depende de los estímulos físicos y sensaciones involucrados y, por otro lado, de la selección y organización de dichos estímulos y sensaciones.

Prevención de los trastornos mentales.- Conjunto de actividades que reducen la incidencia, prevalencia, recurrencia de los trastornos mentales, el tiempo en que las personas permanecen con los síntomas o la condición de riesgo para desarrollar una enfermedad mental, retardando las recurrencias y disminuyendo también el impacto que

ejerce la enfermedad en la persona afectada, sus familias y la sociedad. Se puede distinguir tres tipos de intervenciones en prevención:

- **Prevención universal.-** Intervenciones que se dirigen a población general o a un grupo amplio de dicha población y que no ha sido identificado con un riesgo específico mayor. Dentro de estas intervenciones se realizan campañas de promoción de la salud.
- **Prevención selectiva.-** Intervenciones que se dirigen a individuos, grupos o subgrupos de la población que presentan un riesgo mayor al promedio de desarrollar un trastorno mental, basados en los factores de riesgo asociados a dicha población.
- **Prevención indicada.-** Intervenciones que se dirigen a personas que tienen un alto riesgo de desarrollar un trastorno mental y que a su vez ya presentan signos, o síntomas mínimos, pero detectables, que indican el inicio de un trastorno, a su vez puede existir la presencia de marcadores biológicos que predispongan al individuo a desarrollar dicho trastorno pero que todavía no reúne los criterios clínicos para determinar un diagnóstico de enfermedad mental.

Profesional de la Salud Mental.- Médico especializado en psiquiatría, neurología o psicólogo clínico debidamente acreditado por el ente rector de la educación superior en el Ecuador.

Promoción de la Salud Mental.- Estrategia intersectorial orientada hacia la transformación de los determinantes de la Salud Mental, dirigido a la creación de condiciones individuales, sociales y ambientales que permitan el óptimo desarrollo psicológico y psicofisiológico. El fin de la promoción de la salud es que los individuos mejoren la calidad de vida y se reduzca la diferencia en la expectativa de salud de las personas.

Psicología.- Ciencia que estudia los procesos mentales, las sensaciones, las percepciones y el comportamiento del ser humano, en relación con el medio ambiente físico y social que lo rodea.

Salud Mental.- Estado de bienestar integral 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 satisfactoria y es capaz de hacer una contribución a su comunidad.

Signo.- Es el objetivo, observable en el enfermo como indicio de una anormalidad.

Síntoma.- Es referido de manera subjetiva por el enfermo cuando percibe algo anómalo en el organismo.

Terapeuta de la Salud Mental.- Profesional debidamente acreditado por el ente rector de la educación superior en el Ecuador con una especialidad en psicoterapia, nutrición, reflexología o que acredite sus conocimientos en terapias alternativas que permitan el manejo del estrés.

Trastornos Mentales.- Son afecciones que impactan su pensamiento, sentimientos, estado de ánimo y comportamiento. Pueden ser ocasionales o duraderas (crónicas). Pueden afectar su capacidad de relacionarse con los demás y funcionar cada día.

Tristeza.- Sentimiento que surge directamente de una circunstancia dolorosa, se sitúa en el polo contrario a la alegría. Se acompaña de relajación con pobreza de los gestos y movimientos y de un tono monótono, cansado, lento o quejumbroso de la voz. El grado máximo de tristeza se denomina melancolía y los intermedios distimias.

PARÁGRAFO I

DE LA PROMOCIÓN Y PROTECCIÓN DE LA SALUD MENTAL, Y PREVENCIÓN DE LAS ENFERMEDADES, TRASTORNOS MENTALES Y CONDUCTAS DISFUNCIONALES

Artículo (...). Promoción de la salud mental.- El ente rector metropolitano encargado de la Salud Pública, llevará adelante acciones que garanticen la promoción de la Salud Mental y la prevención de las enfermedades y trastornos de esta índole, dichos planes deberán ser incluidos en los presupuestos institucionales de las entidades prestadoras de la salud pública. Los presupuestos deberán incluir criterios de territorialidad, intervención colectiva, garantía de acceso a todos los ciudadanos del Distrito Metropolitano de Quito. Las acciones que proponga el rector metropolitano de Salud serán de carácter obligatorio y se implementarán en todas zonas administrativas de la Secretaria de Salud, tanto en entidades promotoras como en instituciones prestadoras del servicio de salud en todos sus niveles, administradoras de riesgos profesionales, y la secretaria de Inclusión social; y se realizará la evaluación de estos programas y planes a través de los indicadores de implementación manejados por la Secretaria de Salud.

De la misma manera, la Secretaria de Salud será la responsable de promover y concretar con los demás sectores de la administración pública metropolitana todas aquellas políticas, planes, programas y proyectos que se necesitan para satisfacer los derechos fundamentales en materia de salud mental.

La secretaria de Inclusión Social o la institución que haga a sus veces en coordinación con la Secretaria de Salud tendrá las mismas responsabilidades en cuanto a promoción de la salud mental y prevención de enfermedades o trastornos mentales, haciendo énfasis en la atención, reconocimiento y pronóstico temprano de los factores de riesgo asociados a la población que se remita a esta institución.

Artículo (...). Programas de Promoción de la salud mental.- Se garantizará el desarrollo, aplicación y evaluación de programas que promuevan la salud mental de acuerdo con las mejores prácticas en un marco de salud en los sectores público, privado y comunitario. Se fortalecerán estilos de vida que favorezcan comportamientos y la generación de entornos, espacios y ambientes integralmente saludables, la motivación para la práctica de la actividad física, alimentación saludable y la recreación sana en la ocupación del tiempo libre. Los programas deben:

1. Ser un componente integral de todos los programas de promoción de la salud y atender a todas las etapas del ciclo de vida en influir en los distintos hábitos de la vida cotidiana.
2. Hacer énfasis en los grupos de atención prioritaria reconocidos en la constitución.
3. Incluir una estrategia sostenida para reducir el estigma y la discriminación.
4. Incluir estrategias que ayuden a coordinar el apoyo social, la salud y los servicios de salud mental.
5. Enfocarse en el bienestar integral de los ciudadanos de manera física, emocional y social.
6. Enfocarse en estrategias que promuevan el buen trato, la inclusión social, la participación y seguridad económica.
7. Incluir estrategias que eviten las prácticas de hostigamiento, acoso escolar, violencia, abuso sexual, físico y psicológico, conductas autolíticas, parasuicidas o suicidas y el consumo de sustancias lícitas e ilícitas.

Artículo (...) De la prevención y control de enfermedades, trastornos mentales y conductas disfuncionales. - Se implementarán programas y proyectos orientados a la prevención de enfermedades y problemas prioritarios de salud mental, considerando el ciclo de vida. Se priorizará el desarrollo de programas y proyectos de prevención y difusión de información en los problemas de salud de los grupos de atención prioritaria.

Artículo (...) Métodos de Prevención. -

1. Planes y programas orientados a la identificación, sensibilización y concientización de los signos y síntomas que se presenta en la afectación de la salud mental.
2. Planes y programas que establezcan Acciones de información, educación y comunicación social para facilitar la incorporación de hábitos saludables a fin de generar cambios de conducta, y el fomento de estilos de vida que propicien comportamientos adaptativos.
3. Acciones que fomenten el uso del espacio público, para la realización de actividad física, alimentación saludable y ocupación del tiempo libre;
4. Generar los espacios para la conformación de redes de apoyo con la integración de múltiples actores públicos, privados y comunitarios, para que impulsen programas orientados a la promoción, protección de la salud mental y prevención de los trastornos mentales se enfocará en aquellos determinantes que tienen influencia causal y que predisponen la aparición de los trastornos mentales y conductas disfuncionales.

Identificar los factores de riesgo que están asociados con una mayor probabilidad de aparición, mayor duración y gravedad de la enfermedad mental y que pueden contribuir

a los problemas de salud mental/enfermedades o indicar una recaída. Estos factores pueden incluir:

- a) Falta de hogar
- b) El consumo de sustancias
- c) El desempleo
- d) La pobreza
- e) Falta de apoyo familiar o social
- f) La edad (sobre todo en el caso de los niños, los jóvenes y adultos mayores)
- g) Mala salud física
- h) Abuso físico, financiero, emocional o sexual
- i) Orientación sexual, género o identidad de género
- j) Discapacidad intelectual, física o psicosocial, incluyendo lesiones cerebrales adquiridas
- k) Escasa capacidad de comunicación, incluido el desconocimiento del idioma
- l) Exposición a traumas
- m) Ser refugiado
- n) Exposición a la violencia o al acoso en el lugar de trabajo (incluido el ciberacoso)
- o) Entrar en contacto con el sistema de justicia penal o salir de él
- p) Ser veterano del servicio militar
- q) Haber sufrido una crisis vital importante (incluido el duelo, la ruptura de una relación, los accidentes, catástrofes naturales o enfermedades que ponen en peligro la vida)
- r) Ser emigrante
- s) Pertenecer a una comunidad de otra cultura o hablar un idioma que no sea el español en casa
- t) Otras barreras sociales, económicas, culturales y geográficas (en particular con respecto a las poblaciones indígenas y afrodescendientes).

Priorizar el desarrollo de programas y proyectos de prevención y difusión de información en los problemas de salud mental. Los programas deberán:

- a) Ser especializados y diferenciados, con calidad y calidez de manera oportuna y sin exclusión.
- b) Atender a todas las etapas del ciclo de vida e influir en los distintos hábitos de la vida cotidiana.
- c) Hacer énfasis en los grupos de atención prioritaria reconocidos en la constitución.
- d) Impulsar el desarrollo sano de la autoestima de los niños, niñas y adolescentes.
- e) Incluir programas enfocados en la nutrición y desarrollo de los niños, niñas y adolescentes en desventaja socioeconómica para que exista un desarrollo

cognitivo saludable, que a su vez se traduzca en un mejor desempeño dentro de las instituciones educativas

- f) Desarrollar estrategias para mejorar las condiciones habitacionales de los ciudadanos para reducir las desigualdades en salud.
- g) Fortalecer las redes comunitarias para generar en los ciudadanos sentido de propiedad y responsabilidad social.
- h) Implementar restricciones en la disponibilidad y prohibición de todas las formas de publicidad directa e indirecta de sustancias adictivas.
- i) Implementar visitas a los hogares durante el embarazo y la infancia temprana por parte de trabajadores sociales y psicólogos para reducir factores de riesgo en población vulnerable.
- j) Implementar estrategias en la educación preescolar que involucren a los padres dentro del desarrollo de sus habilidades sociales y psicológicas de los hijos.
- k) Fortalecer el desarrollo de las habilidades deportivas de las niñas, niños y adolescentes, en los deportes se implementará la autodefensa como un valor primordial de los estudiantes.
- l) Incluir estrategias dirigidas a las familias de personas que ya tienen un trastorno o enfermedad mental para prevenir el desarrollo de enfermedades o trastornos en el núcleo familiar de dichas personas.
- m) Reconocer y acoger el “Día Mundial de la Salud Mental” 10 de Octubre de cada año para visibilizar la problemática.
- n) Implementar espacios permanentes de servicios y actividades terapéuticas para el manejo del estrés diario.

Artículo (...). Prevención de Trastornos Mentales en el Ámbito Laboral.- El ente rector metropolitano encargado del asunto del Trabajo en coordinación con la Secretaria de Salud y de la Secretaria de Inclusión Social deberán generar estrategias, programas y acciones de promoción de la salud mental y prevención de trastornos de los trabajadores del sector privado, público, independiente e informal. Se realizará un monitoreo permanente de los factores de riesgo asociados al trabajo que desempeñan.

- a) Implementar intervenciones dirigidas a los tres tipos de estrategias de condiciones laborales;
 - 5. Intervenciones de Tarea y Técnica
 - 6. Intervenciones de Definición de Rol y Relaciones Sociales
 - 7. Intervenciones de Cambios Múltiples dirigidos tanto al Trabajo como a los Empleados.

- b) Implementar intervenciones dirigidas a las personas que están prontas a retirarse del trabajo, realizando talleres enfocados en la construcción de propósito de vida y reducción del estrés causado por motivo de retiro del lugar de trabajo.

PARÁGRAFO II

DE LA INFORMACIÓN, EDUCACIÓN, INVESTIGACIÓN E INNOVACIÓN SOBRE LA SALUD MENTAL Y BIENESTAR INTEGRAL

Artículo (...). Reconocimiento del Derecho a la Información. - Se reconoce el derecho al acceso de información sobre salud mental y bienestar integral, a tomar decisiones con responsabilidad sobre su equilibrio emocional, libre de prejuicios, sin riesgos de discriminación, con respeto y confidencialidad.

Art. (...). Información.- En todas las unidades de salud municipales, se brindará información y asesoramiento para identificar los signos, señales y síntomas que ponen en riesgo la salud mental. Se proporcionará información y asesoramiento sobre las acciones terapéuticas para promover la salud mental y prevenir los trastornos y enfermedades mentales.

Artículo (...). Educación.- La Secretaría encargada de la Salud Pública conjuntamente con la institución rectora de la Educación dentro del Distrito Metropolitano de Quito desarrollará recomendaciones dirigidas a todas las instituciones educativas -Instrucción inicial, media, superior- tanto públicas como privadas que tengan dentro de sus planes educativos principios, políticas, dispositivos y organización institucional dirigidos hacia la promoción de la salud y prevención de trastornos mentales con especial énfasis en la perspectiva del buen vivir y los derechos humanos.

Además, promoverá distintas instancias de capacitación y actualización de manera permanente dirigidos a profesionales de la salud que formen parte de equipos interdisciplinarios de salud mental.

La secretaria encargada de la Educación de manera coordinada con el ente metropolitano rector de la Salud Pública diseñará planes que fomenten en los estudiantes de la educación inicial, media y superior competencias y destrezas para garantizar el acceso a una salud mental positiva y el conocimiento de los derechos humanos para fomentar una convivencia escolar libre de acoso haciendo énfasis en la promoción de la salud mental.

En atención a la evaluación permanente de las entidades educativas del sector público y privado, las acciones ordenadas en el presente artículo deberán tener el seguimiento y la evaluación de la Secretaria de Salud a fin de incrementar gestiones para impulsar el conocimiento, la investigación y la innovación en materia de salud mental.

Artículo (...). Investigación e Innovación.- Se promoverá la investigación en programas de promoción de la salud e innovación en salud mental.

Las investigaciones que se desarrollen en el campo de la salud mental en todas las instituciones que así quieran hacerlo en donde se involucre a seres humanos deberán ajustarse estrictamente a la normativa vigente nacional e internacional, respetando los códigos de ética establecidos dentro de la academia para la realización de investigaciones.

Para evitar sesgos dentro de las investigaciones que involucren seres humanos se deberá tomar en cuenta las siguientes variables:

- (a) la ubicación geográfica
- (b) los factores sociales, económicos y culturales
- (c) los cambios en los patrones demográficos de necesidad, edad y etapa de la vida
- (d) las capacidades y habilidades de comunicación, incluidas las habilidades lingüísticas
- (e) las consecuencias del problema de salud mental o de la enfermedad mental en sí misma
- f) la orientación sexual, el género y la identidad de género
- g) el consumo de sustancias
- h) las interacciones con el sistema de justicia penal
- i) las enfermedades físicas
- j) las discapacidades derivadas de otras fuentes, como las lesiones cerebrales cerebral adquirida.

Artículo (...)- Coordinación.- En cuanto a lo que se refiere con coordinación interinstitucional, la Secretaría encargada de la Salud Pública trabajará coordinadamente con las Secretarías rectoras de la Inclusión Social, Educación, Ambiente, Desarrollo Productivo y Competitividad, Movilidad, Territorio, Hábitat y Vivienda, Cultura, Seguridad y Gobernabilidad, Comunicación, para promover planes y programas que favorezcan el desarrollo del buen vivir y ajustando los ya existentes para que la promoción de la salud sea un aspecto que llegue a todas las aristas de la ciudadanía del Distrito Metropolitano de Quito.

Art. (...)- Eventos conmemorativos.- La entidad encargada de la Salud en el Municipio del Distrito Metropolitano de Quito, recordarán con la organización de eventos o publicidad y reconocimiento público el 10 de octubre de cada año cómo: “el Día Mundial de la Salud Mental” .

Disposiciones Generales

Única.-Del cumplimiento y ejecución de la presente ordenanza metropolitana le corresponde a la Secretaría de Salud del Gobierno Autónomo Descentralizado del Distrito Metropolitano de Quito.

Disposiciones Transitorias

Primera.-La Secretaría de Comunicación del Gobierno Autónomo Descentralizado del Distrito Metropolitano de Quito, en el término de sesenta (60) días contados desde la vigencia de esta ordenanza metropolitana elaborará, desarrollará e implementará el contenido educomunicacional para una vez concluido este tiempo, proceda a lanzar la campaña intensiva de difusión e información completa sobre la Salud Mental en el Distrito Metropolitano de Quito.

Segunda.-En el término de sesenta (60) días contados desde la vigencia de esta ordenanza metropolitana la Secretaría de Salud del Gobierno Autónomo Descentralizado del Distrito Metropolitano de Quito a través de la Dirección de Promoción, Prevención y Vigilancia de la Salud implementará los mecanismos pertinentes para su aplicación al servicio de los habitantes de este distrito.

Tercera.-La Secretaría General del Concejo Metropolitano, en el término de sesenta (60) días contados desde la vigencia de esta ordenanza metropolitana, procederá asignar la correspondiente nomenclatura a los artículos que contiene el texto que se incorpora al Código Municipal para el Distrito Metropolitano de Quito publicado en el Registro Oficial Edición Especial No. 902, de 7 de mayo de 2019.

Disposición Final

Esta ordenanza entrará en vigencia a partir de la fecha de su sanción, sin perjuicio de su publicación en la gaceta oficial, el dominio web institucional y en el Registro Oficial.

Dada en la Sala de Sesiones del Concejo Metropolitano de Quito, el . Alcaldía del Distrito Metropolitano. - Distrito Metropolitano de Quito,