



# Cubas mentale mirakel

I Cuba er mental og fysisk sundhed integreret på lige fod i det offentlige sundhedssystem, hvilket sikrer befolkningen en lang levetid og en sundhedstilstand, der tåler sammenligning med væsentligt rigere lande. Et helhedssyn med fokus på præventive indsatser ligger bag succesen.

Tekst og foto af Jakob Rubin, *journalist, Havana*

Desenereårer psykologer fra udlandet rejst på studieture til Cuba for at se nærmere på den cubanske model, der for ganske få midler løfter befolkningen op i et sundhedsniveau langt over lande i samme økonomiske liga. Alene fra USA har tre delegationer besøgt den caribiske ø siden 2014, fremgår det af en artikel fra American Psychological Association (APA).

Den cubanske model handler om en prioritering af psykologi i det officielle sundhedssystem i en grad, som ikke findes tilsvarende i resten af verden. Mental og fysisk behandling går hånd i hånd i østatens offentlige sundhedspolitik og sikrer befolkningen en gennemsnitslevetid på 80 år – et år mere end den amerikanske – trods mangel på stort set alle fornødenheder. Og med et sundhedsbudget pr. borger på 1/15 af det amerikanske. 558 dollar mod 8.895 i USA (2012-tal).



– I Cuba betragtes mental sundhed i en meget bred forstand. Den officielle politik er at betragte mennesket som en helhed og at fokusere på proaktiv håndtering af den mentale og fysiske sundhed,

fortæller Sandra Soca Lozano, der er børnepsykolog og professor i psykologi på Havana Universitet.

– Alle landets 11 mio. indbyggere undersøges rutinemæssigt mindst en gang om året for deres mentale og fysiske tilstand. Psykologisk behandling er ikke kun til problemløsning, men et aktivt middel til at bedre den generelle sundhedstilstand, siger hun.

Trods økonomiske muskler på størrelse med en bøjet femøre håndhæver det cubanske sundhedsvæsen en struktureret, forebyggende indsats. Resultatet er en sundhedstilstand, der ligger blandt de bedste i Latinamerika og langt højere end i lande med samme bruttonationalprodukt per capita.

– Systemet har med en politisk filosofi at gøre. Søjlerne under vores system bygger på principper om solidaritet og medmenneskelighed. Alle har lige ret til sundhed og uddannelse. I årene efter revolutionen blev det formuleret, hvad folkesundhed i Cuba skulle betyde, siger Sandra Soca Lozano.

Hun forklarer, at der op gennem 1960'erne og 1970'erne blev oprettet et system fra øst til vest med 11.300 lægehuse med henblik på at inkludere alle cubanere i det offentlige sundhedsvæsen, også de fattigste og dem i de mest øde egne af landet, hvilket var noget nyt. I 1990'erne under Cubas værste, økonomiske krise blev det præventive fokus forstærket.

– Vi var i pengene, ja, men vores system bygger på erfaringer. Det giver mening at være på forkant. Samtidig med at det er billigere, fortæller Sandra Soca Lozano.

#### Altid en psykolog til rådighed

Det cubanske sundhedssystem er inddelt i fire niveauer. Niveau 1 udgøres af de 11.300 *Médico de familia* (Familielægen), lægehuse med op til 1.000 patienter. De findes i bogstavelig forstand i hver boligblok eller gade i storbyerne og i hver landsby i det 1.100 km lange land.

– *Médico de familia* står for den primære kontakt med borgerne og ligger altid fysisk tæt på deres patienter.



Hvert lægehus har ansvaret for omkring 100 familier, og lægerne kender deres patienter personligt. Mindst en dag om ugen er en psykolog til stede i Familie-lægehuset, som man til enhver tid kan opsøge, hvis man har behov. Psykologen tager også rutinemæssigt ud til familierne, forklarer Sandra Soca Lozano.

Niveau 2 er de såkaldte *Policlinicos*, som er større og mere specialiserede klinikker end lægehusene. Det er i polyklinikkerne, at arbejdet i lægehusene planlægges og organiseres og særlige indsatser iværksættes. Polyklinikkerne, modtager og behandler journalerne fra lægehusene og tilpasser de praktiske programmer for det præventive arbejde. Mens lægehusene blot foretager det almindelige tilsyn med borgerne, er det på polyklinikkerne, at mange behandlinger foretages. Her er altid en til to psykologer til stede.

- Programmerne er strukturerede, så der er specifikke fremgangsmåder til specifikke grupper i forhold til at håndtere den mentale sundhed hos hver gruppe. Typiske inddelinger vil være ældre, unge med risikabel adfærd, unge gravide, syge, voksne med parforholdsproblemer, alkoholmisbrug eller afvigende adfærd osv. Der kan også iværksættes særlige programmer, hvis det viser sig, at bydele eller områder udviser kendetegn, som der skal sættes ind imod, fx alkoholisme, siger Sandra Soca Lozano.

- Et vigtigt element i systemet er, at der altid er en psykolog til rådighed. En borger kan altid få psykologhjælp, og generelt er vi psykologer meget tæt på befolkningen. Vi kan selv iværksætte indsatser, og vi har pligt til at informere videre i systemet, så der på øverste niveau kan dannes viden og strategier, siger hun.

Psykologerne i polyklinikkerne, er desuden forpligtet til at undervise sygeplejersker i pleje og forebyggelse.

- Bliver en meget ung kvinde gravid, iværksættes automatisk en indsats fra psykologer rettet mod hende og familien. Vi ved fra research og statistik, at der i disse tilfælde er øget risiko for en

udvikling, der kan true barnets tarv. Den forsøger vi at adressere så tidligt som muligt. Det samme gør sig gældende under alvorlig sygdom i en familie. Så er patienten vores primære mål, fordi det er kendt, at ikke alle er i stand til at håndtere at være meget syge. Sekundært tager vi os af de øvrige i husstanden, som også kan være følelsesmæssigt udfordret af deres pårørendes sygdom, forklarer Sandra Soca Lozano.

Ud over at undervise på Havana Universitet arbejder hun på en onkologisk-hæmatologisk afdeling på et børnehospital. Her screener Sandra Soca Lozano rutinemæssigt alle sine patienter for depression, angst og stress og forbereder dem og deres familier på konsekvenserne af den stillede diagnose eller større operationer.

#### Et sundhedsvæsen, der virker

Niveau 3 udgøres af hospitaler, som trods mangler og knappe ressourcer foretager operationer og behandlinger; der ikke kan udføres på polyklinikkerne. Niveaue er relativt højt. Det bekræftes bl.a. af tal fra FN's udviklingsafdeling, UNDP. Ligesom antallet af læger, tandlæger, psykologer, sygeplejersker osv. i det hele taget er højt i Cuba. Omkring dobbelt så mange af hver gruppe pr. indbygger som i fx Danmark og USA. Sundhedsvæsenet er i øvrigt gratis for alle i Cuba, hvilket er usædvanligt i Latinamerika.





I FN's årlige verdensomspændende analyse, *Human Development Index*, rangeres alle verdens lande efter målinger på en lang række parametre. Deriblandt på sundhedstilstand, uddannelsesniveau, ytringsfrihed, børnedødelighed, levealder, infrastruktur, kriminalitet, tryghed og social lighed. I det seneste *Human Development Index* ligger Cuba på 66. pladsen foran flere europæiske lande og blandt de allerbedste i Latinamerika. Selv om Cuba økonomisk set kan sidestilles med lande som Congo, Angola og Nicaragua – der ligger mere end 50 placeringer lavere på indekset.

Niveau 4 i det cubanske sundhedsvæsen er forskningsinstitutter, der

findes jævnt fordelt over hele landet. På institutterne registreres og analyseres sundhedsdata fra hele landet. Herfra beregnes linjerne i den nationale sundhedsindsats.

Den amerikanske psykolog og hjerneforsker Michele Frank har boet og arbejdet i Cuba siden 1980'erne. Hun kom til landet som amerikansk venstrefløjsaktivist og stiftede siden familie på øen. For hende ligger forskellen i den tidlige indsats, der gøres i Cuba.

– Her har vi et sundhedsvæsen, som virker. Ikke at der ikke er fejl. Det er jo mennesker, der fører den ud i livet, og her er mangel på det meste. Men det er et faktum, at den mentale sundhedspleje





virkelig er integreret, hvilket skaber en utrolig synergi. Synergieffekten forøger værdien og effekten af både den fysiske og den psykologiske indsats, siger hun.

Ifølge Michele Frank er de mentale problemer blandt den cubanske befolkning stort set som i andre lande. Undersøgelser har vist, at Cuba er som de fleste andre i forhold til antal af mennesker, der har en psykisk lidelse. Alkoholisme er en anelse højere end normen. Vold, misbrug og overgreb på kvinder og børn langt under.

– Stress over at skulle forsørge sine forældre uden at have råd til det, og sorg over at savne sine nærmeste pårørende i udlandet kunne også kaldes typiske cubanske problemer. Familierelationerne er meget stærke og vigtige i Cuba, og tilværelsen er svær for mange. Generelt er cubanerne dog et sundt folk, fordi der passes godt på dem, siger hun.

– I den cubanske tankegang handler det om at se risikofaktorerne tidligt. Ved

vi, at en familiefar er alkoholiker, eller at en enlig mor også skal sørge for sine forældre, eller at et barn begynder at få problemer i skolen, så siger systemet automatisk, at fokus skal øges, siger hun.

Michele Frank medgiver, at systemet langt fra fungerer optimalt over alt i Cuba. Et stort problem er de lave lønninger, som det offentlige sundhedspersonale betales med. En lægeløn svarer til 300-400 kr. om måneden. En kuffertdrager på et velbesøgt turisthotel tjener ofte væsentligt mere.

– Vi er ikke ufejlbarlige i Cuba. Men sundhedssynet er det rigtige. Jeg har på mange måder flere muligheder for at udføre et godt stykke arbejde her end i USA, hvor jeg også har arbejdet som psykolog. Har en patient brug for 10 eller 20 timer med en psykolog, så får de det automatisk, siger Michele Frank.

– Det er ikke menneskelige ressourcer, vi mangler. ●

### Fire sundhedsgrupper

Alle cubanere inddeles i fire grupper efter deres sundhedstilstand og tilsynsbehov.

- ❶ Gruppe 1: Velfungerende og sunde; tilses en gang om året i lægehuset.
- ❷ Gruppe 2: Mere eller mindre sunde, velfungerende; tilses to gange om året, en gang i lægehuset, en gang i hjemmet.
- ❸ Gruppe 3: Ikke alvorligt syge, relativt velfungerende; tilses to gange om året i lægehuset, en gang i hjemmet.
- ❹ Gruppe 4: Syge, risikogruppe; tilses en gang i lægehuset, to gange om året i hjemmet.

Kilde: Psykolog Claudia Gonzalez, Gibara

### 🌐 PSYKOLOGI KLODEN RUNDT

Hvordan går man til psykolog andre steder i verden? Hvilken status og betydning har psykologien? Hvordan arbejder psykologer? *Magasinet P* ser i denne serie på psykologer og psykologi i hele verden.