

Malalties mentals

Augmenta la depressió, l'ansietat, l'addicció a l'alcohol i a les drogues entre la ciutadania. Són els danys col·laterals de la crisi

TEXT I FOTOGRAFIA NEUS NAVARRO

L'atur ens fa embogir

Els psiquiatres certifiquen que la recessió econòmica ha augmentat la freqüència de trastorns mentals. Hi ha més persones que pateixen depressions, insomni, ansietat i addiccions a l'alcohol per les dificultats de sortir del laberint de l'atur.

Els metges de família, que atenen les primeres consultes, asseguren que la situació és preocupant

Pren una pastilla al matí i una altra a la nit. El psiquiatra li ha diagnosticat un «trastorn adaptatiu amb estat d'ànim mixt», tal com es llegeix en el document que mostra a les mans. Juana del T. presenta un quadre ansiós depressiu. I la situació que viu n'és la culpable. «Prenc medicació per a tot, em trobo molt malament», explica amb els ulls plorosos. No treballa des de 2011, quan la van fer fora de la clínica geriàtrica on cuidava gent gran. Des d'aleshores busca desesperadament una nova feina perquè a casa seva tots estan igual i el subsidi –que ara li han suspès– no li permet pagar tots els deutes. El seu marit tampoc no treballa i tots dos han d'ajudar el seu fill

Amb la recessió econòmica ha augmentat força la freqüència dels trastorns de salut mental i l'abús d'alcohol entre els assistents a l'atenció primària

A l'últim Congrés Nacional de Psiquiatria celebrat a Bilbao es va denunciar que els problemes econòmics són l'origen dels 32% dels suïcidis

que, també a l'atur, acaba de trobar una feina on no li faran ni contracte laboral. «Sembla que no acaba mai», assegura la Juana.

En el mateix cas que la Juana hi ha Lucila G., immigrant equatoriana de 64 anys, a punt de jubilar-se. Pateix depressió i, per la seva expressió, una forta desconfiança que la situació millori. «Ajudo el meu fill que també està a l'atur i és desesperant. Prenc pastilles, sí, però ja no em fan res. Això és molt dur, es passa molt malament», explica amb tota la confiança de qui acaba de presentar-se a aquesta dona a les portes de l'oficina del Servei d'Ocupació. El testimoni de Pedro M., de 50 anys, també dibuixa un retrat semblant. Aturad de llarga dura-

Malalties mentals

LES AMENACES DE DESNONAMENT I L'ATUR SÓN MALSONS QUE NO PERMETEN DESCANSAR



da, amb fills grans als que voldria ajudar econòmicament i no pot, el Pedro no dorm tranquil si no pensa en el seu nét, la seva única alegria. «Tot això em ve gran, sempre estic pensant què puc fer per sortir d'aquesta situació i mai m'acostumo a no tenir feina. És un mal de cap gegant», apunta amb desmotivació.

Tots tres, i moltes més persones de la societat actual, són potencials malalts mentals. L'atur, les dificultats per fer front als pagaments i les amenaces de desnonament són malsons que no els permeten ni viure ni descansar. La majoria ho notifiquen al seu metge de família, el primer contacte amb l'atenció sanitària que té un pacient avui en dia. I és a través de l'anàlisi d'aquest contacte com psiquiatres espanyols, en col·laboració amb altres professionals de centres nord-americans i europeus, han elaborat l'únic informe de l'Estat espanyol sobre aquesta matèria. *Els riscos per a la salut de la crisi econòmica a Espanya* mostra una situació molt preocupants.

INFORME ALARMANT

Una de les seves conclusions, tal vegada la més cridanera, apunta que la recessió econòmica ha augmentat «significativament» la freqüència dels trastorns de salut mental i l'abús d'alcohol entre els pacients assistents a l'atenció primària a Espanya, «sobretot entre les famílies que sofreixen la desocupació i les dificultats de pagament de la hipoteca». L'informe, publicat per l'*European Journal of Public Health* de la Universitat de Oxford enguany, és obra de diferents autors, entre els quals hi ha els espanyols Margarida Gili, membre de l'Institut Universitari d'Investigació en Ciències de la Salut (Universitat de les Illes Balears) i el doctor Miquel Roca, secretari de la Fundació Espanyola de Psiquiatria i Salut Mental i membre de la Xarxa d'Activitats Preventives i Promoció de la Salut en Atenció Primària.

L'estudi, que es va realitzar a diferents

ambulatoris de totes les comunitats autònomes (a través d'avaluacions a més de 13.000 pacients dutes a terme per metges d'atenció primària entre 2006 i 2010) deixa conclusions preocupants que poden continuar. En primer lloc, mostra augments substancials a la freqüència de pacients que acudeixen a centres d'atenció primària amb baix estat d'ànim, ansietat, símptomes somatomorfs i trastorns relacionats amb l'alcohol.

En una entrevista concedida a EL TRIANGLE, el psiquiatra i un dels responsables de l'estudi, Miquel Roca, assenyala la importància d'aquestes estadístiques per avaluar un problema que ja és visible en la societat. Des de la seva experiència va més enllà amb el seu pronòstic. «El problema és que el metge d'a-

Entre les recomanacions de l'informe hi ha l'ampliació dels serveis de salut mental en l'assistència primària als grups de risc

A Grècia els suïcidis han augmentat darrerament un 26,5% entre 2010 i 2011, i a Itàlia, se n'ha detectat un fort increment entre els aturats



PREOCUPACIÓ PELS SUÏCIDIS

Els economistes i teòrics situen l'inici de la crisi a l'estiu de 2008. D'aleshores ençà, són molts els casos de suïcidis que s'han conegut, tot i les reticències dels mitjans a publicar aquest tipus de notícies per evitar episodis similars per imitació. Però la crítica situació ha fet sortir a la llum casos com el de la parella de jubilats de Calvià (Mallorca) que es van treure la vida amb la ingesta de medicaments després de rebre una carta d'avís de desnonament. O també el de l'exregidora de Barakaldo (Biscaia) que es va llançar del balcó del seu habitatge pel mateix motiu.

Han augmentat els casos per la crisi? És agosarat contestar aquesta pregunta, però una ullada a les últimes xifres publicades per l'Institut Nacional d'Estadística mostren que el 2008, primer any de crisi, hi van haver 3.421 suïcidis i que durant els

anys posteriors la xifra s'ha reduït en conjunt, malgrat que ha anat augmentant progressivament un any respecte l'altre. De fet, el 2011 (la xifra més actual que publica l'INE) s'estableix que hi van haver 3.180 suïcidis en territori espanyol. Les causes, això si, no estan indicades.

Però, tot i els números, els psiquiatres sí que han denunciat un augment dels casos arran de la recessió. A l'últim Congrés Nacional de Psiquiatria -celebrat al setembre a Bilbao- es va denunciar que els problemes econòmics són l'origen del 32% dels suïcidis. A Grècia i Itàlia, on la crisi també ha sacsejat amb força el sistema, també preocupa. Al país hel·lè els suïcidis han augmentat un 26,5% entre 2010 i 2011, i a Itàlia s'ha generat un augment dels suïcidis entre els aturats, amb taxes que van passar del 7,9% el 2009 al 10,9% el 2012.

tenció primària està augmentant les consultes alhora que arriben les retallades i si els retallen tindran més feina i menys possibilitats de tractar adequadament els pacients», denuncia. «És com un peix que es mossega la cua», afirma. Per això, entre les recomanacions de l'informe hi ha que l'ampliació dels serveis de salut mental en l'assistència primària als grups de risc «pot ajudar a bregar amb l'augment dels trastorns de salut mental a les zones afectades per la recessió». Però en aquest context de retallades al sistema públic, resulta difícil que s'aconsegueixi aquest consell.

MÉS DEPRESSIONS I ANSIETATS

A més, l'estudi critica la gestió política del Govern espanyol en aquesta matèria. Apunta al seu esforç a «inspirar la confiança dels inversors» a través de l'austeritat, incloent retallades als serveis de salut mental de primera línia que són essencials. «Donat l'augment de la prevalença dels trastorns mentals que hem observat entre els assistents d'atenció primària, hi ha un risc que les reduccions de personal en el suport social

Malalties mentals



La pobresa extrema augmenta al nostre país i els menjadors socials no donen l'abast.

■ i els serveis de salut agreugi els riscos de salut mental que experimenten les poblacions vulnerables com a conseqüència de la crisi financera», sostenen amb rotunditat.

I és que quan els metges parlen de «preocupació» és perquè les xifres canten. Segons aquest informe, respecte a 2006, els casos han augmentat considerablement. Els casos de depressió han augmentat un 19,4%, la menor depressió un 2%; la distímia (baixa autoestima

i caràcter melancòlic) un 10,8%; el trastorn d'ansietat generalitzada un 8,4%; el trastorn multisomatomorf ha crescut un 7,4% i el trastorn d'atac de pànic un 6,4%.

Finalment, però no menys preocupant, la crisi també ha generat un augment de casos per dependència a l'alcohol. Segons aquest estudi, la freqüència de la dependència de l'alcohol i l'abús són un 4,6% i un 2,4% més, respectivament. Xifres amb les quals no se sorprèn Enric

Aragonés, metge de família al centre de salut de Constantí (Tarragona) i membre de la Societat Catalana de Medicina Familiar i Comunitària (CAMFiC). Al seu dia a dia veu molts casos similars. «La situació és preocupant perquè cada vegada ens quedem més desarmats. Ens consulten tot tipus de problemes, molt greus, econòmics, laborals, i veiem que cada vegada van a més», declara. Amb ell coincideix la metgessa Montserrat Romaguera, també membre de CAM-

FiC i que treballa en un Centre d'Atenció Primària de Sabadell. «Hem constatat un augment de l'ansietat i l'insomni, però afortunadament d'intents de suïcidi encara no n'he tingut. El que es nota és que hi ha molta crispació en l'ambient», explica Romaguera.

HOMES I DONES, DIFERENTS

Tot i que no hi ha un perfil concret, els especialistes consultats sí que diferencien com actuen els pacients segons el seu gènere. A causa de la tradició cultural, l'home que està a l'atur sent que ha fallat, que ja no és el cap de família. «En general, homes i dones fan consultes diferents. Les depressions són més comunes per a les dones, encara que elles tenen altres recursos per sobreviure. Però els homes, si es queden sense feina, perden el seu objectiu a la vida. Senten que ja no tenen el seu rol i en alguns casos augmenta el consum d'alcohol. És una cosa que detectem sovint», afegeix el doctor Aragonés.

L'estudi citat també sosté que al voltant d'un terç d'aquests riscos s'associen amb la desocupació i les dificultats de pagament d'hipoteques. Els maldecaps, que es diu col·loquialment. Per això, molts metges es converteixen en una mena de psicòlegs per als seus pacients. «Hem d'ajudar-los a trobar les seves solucions. Sempre els recomanem que no s'amoïnin d'allò que no poden fer», explica Enric Aragonés. La culpabilitat els aixafa perquè senten que tot és culpa seva. «Jo els dic que són circumstàncies generals, no és culpa de ningú». Gaudir del temps lliure, aprendre a relaxar-se, orientar el seu temps a fer altres activitats són algunes de les propostes que recomanen els metges per intentar tranquil·litzar qui sent que, amb la feina, ho ha perdut tot.

«Fem de psicòlegs, de metges de família... Coneixem l'entorn, el bar, sabem els recursos que hi ha al barri. Estem a la trinxera, sabem qui és el pacient, com vivia abans i com han canviat ara les coses», afirma la doctora Romaguera. «Emocionalment és molt fort, però venir a demanar ajuda és el primer pas», afegeix.

Arran de la celebració del Congrés de la Salut Mental celebrat aquesta setmana a Barcelona, els especialistes asseguren que a Catalunya ha crescut el nombre de persones amb risc de problemes de salut mental un 21,7% en els darrers cinc anys, especialment en els homes, segons dades de l'*Informe de Salut de Catalunya 2011*. En aquesta trobada també han alertat que l'Estat espanyol i Catalunya són capdavanters

MOLTS METGES HAN
ESDEVINGUT UNA
MENA DE PSICÒLEGS
PER ALS SEUS PACIENTS



Malalties mentals



HI HA PROP DE 2 MILIONS DE FAMÍLIES A L'ESTAT ESPANYOL AMB TOTS ELS SEUS MEMBRES A L'ATUR



Si hi ha menys recursos econòmics és més difícil i més car consumir tabac, per exemple. Un dels escassos efectes positius de la crisi...

Segons els experts, el sistema assistencial contribueix en un 30% a la salut de la ciutadania; la resta depèn de la feina i les persones

apunta Artazco, qui considera que el sistema sanitari pot fer «molt poc» per contribuir a aquest problema. Segons considera, el sistema assistencial «contribueix en un 30% a la salut de les persones, la resta depèn de la feina i les persones», afegeix.

ELS EFECTES DE LA CRISI

Si hi ha menys recursos econòmics, és més difícil i més car consumir tabac, per exemple. És un dels escassos efectes positius que troben els especialistes en aquest context de crisi. Suggereixen que el fet que la gent deixi de fumar, begui menys i, potencialment, camini en lloc de conduir són beneficis per a la salut contraintuïtus.

També s'afegeix a aquesta lectura en positiu Lucía Artazco, que explica l'efecte paradoxal que es dona en temps de crisi. «La mortalitat sol disminuir en processos de crisi. Va passar a Cuba quan els durs conflictes amb la URSS: els cubans van perdre 5 quilos de pes i amb això van disminuir malalties cardiovasculars i altres com la diabetis», recorda. En canvi, aquesta especialista en medicina preventiva i salut públi-

ca, matisa que la gent és més infeliç. «Hi ha més problemes de salut mental, augmenten les agressions i els conflictes», argumenta Lucía Artazco.

Les conseqüències d'aquesta cruenta crisi encara no es poden quantificar. Segons explica Margarida Gili a EL TRIANGLE, la «intuïció» li diu que, des del punt de vista de l'estat d'ànim, la població s'ha anat adaptant a la situació tot i que apunta que el consum d'alcohol pot augmentar. «Diferents estudis demostren que com més va pujant l'atur, més augmenta el consum de tòxics», explica. «Les conseqüències són difícils de preveure, però, afortunadament, l'ésser humà té una capacitat d'adaptació i oblit de les experiències negatives bastant alta, per tant, podria ser que no hi hagués grans conseqüències en aquesta generació», sosté Gili.

Persones que tenen problemes per dormir tranquil·lament, que estan preocupades pels deutes, els pagaments i la manca de recursos per fer front al més senzill. Aquestes malalties mentals que no maten, tampoc permeten viure en pau i són un llast que generacions posteriors hauran de gestionar entre

mundials en el consum de psicofàrmacs.

PROPAGACIÓ FAMILIAR

L'augment de la desocupació també té «efectes de propagació». Perquè no només sofreix qui està a l'atur, sinó que els membres de la família i els membres de les comunitats a les quals pertanyen senten la inseguretat i comparteixen les dificultats de travessar aquesta difícil situació. És el cas de Yousef, marroquí establert a Barcelona. Viu amb el seu germà perquè no pot pagar el lloguer i entre els dos tiren endavant amb deutes i problemes. «Ara ja m'he acostumat a dormir malament després d'un any buscant feina», explica a EL TRIANGLE.

La força del teixit social i familiar resulta clau en aquests moments. Ho afirmen els experts i ho contrasten els testimonis d'aquells que pitjor ho estan passant. Hi ha prop de 2 milions de famílies a l'Estat espanyol amb tots els seus membres a l'atur (segons dades de l'última EPA) i moltes altres on només hi ha un membre actiu. És sobre aquesta persona on recau la responsabilitat de tirar la família endavant. «En una família amb dificultats econòmiques la persona que té la responsabilitat de ser el sostenidor principal de la llar ho passa molt malament», apunta Lucía Artazco, directora de l'Institut de Serveis a la Comunitat de l'Agència de Salut Pública de Barcelona.

Des de Salut Pública tenim «una enorme preocupació pel que està passant»,

Suïcidis

• Al 2011 (la xifra més actual que publica l'INE) s'estableix que van haver-hi 3.180 suïcidis al territori espanyol. Un total de 22 més que l'any anterior.

• Per territoris, Andalusia és on més suïcidis hi ha (651); seguit de Catalunya (478); País Valencià (332) i Galícia (306).
• Si ho comparem amb altres països, Espanya es troba entre els

Estats de la UE amb menys suïcidis. El 2010, quan es van donar les últimes dades europees, la taxa de la UE era de 10,2 morts per cada 100.000 habitants, quan a Espanya era de 5,8 (el 2011 va ser de 6,8).

Violència de gènere

• Enguany hi ha 31 dones mortes a mans del cònjuge. Cal afegir (en serien 32) la dona que ara és a l'hospital Clínic de València després de l'atac de la seva parella, que li va assestar diferents ganivetades al coll al centre geriàtric on resideixen.

• Al 2012 hi va haver 53 dones assassinades; 66 al 2011; 76 al 2009, 69 al 2008 i 83 al 2007.
• L'oposició acusa la ministra de Sanitat, Ana Mato, de retallar un 20% el pressupost per a combatre la violència de gènere.

• El Ministeri de Sanitat de l'Estat ha anunciat que posarà en marxa l'Estratègia Nacional per a l'eradicació de la violència sobre les dones: 258 mesures planificades a quatre anys i dotades amb 1.529 milions d'euros.