

## Sociedad

INFODATO

SUICIDIOS  
3.000 PERSONAS

se suicidan o diario en el mundo. Cada 3 segundos 1 persona se quita la vida.

FUENTE: OMS

EL RETO DE LAS PATOLOGÍAS EMERGENTES

## Las consultas de salud mental, saturadas

Salut potencia la prevención al crecer la demanda de atención por problemas sociales

■ Los trastornos mentales van en aumento. Un 3% de la población catalana es atendida ya en centros de salud mental, aunque el 40% son casos leves, pero en los CAP más del 30% de las consultas también se debe a problemas psicológicos

MARTA RICART

BARCELONA - Una mujer le comentó a su médico de cabecera: "Doctor, tendré que enviarte a mi padre, porque desde que ha muerto mi madre no para de llorar". "Debería enviármelo si no llorara", le replicó el médico. Pérdidas de familiares, desamores, relaciones conflictivas entre padres e hijos, problemas laborales, soledad... multiplican las consultas a los centros de atención primaria (CAP), aunque muchos veces son simple tristeza o preocupación, sin llegar a signos de patología que debiera tratar un médico. A la vez, crecen las consultas de personas que sí sufren ya síntomas de psicopatología. La sanidad pública no está preparada para esta creciente demanda. Intenta mejorar la atención, sobre todo, potenciando la prevención.

Uno de cada cuatro europeos (28,3% de las mujeres, 21,6% de los hombres) padecerá algún trastorno mental en su vida (como depresión, ansiedad...). Un 3% de la población catalana (200.000 adultos y niños al año) ya es atendida en el centenar de centros de salud mental de la red de uso público. "Es un porcentaje elevado, en otros países europeos es del 2%", afirma Cristina Molina, responsable de salud mental del Departament de Salut.

Las consultas reciben muchas consultas por cuestiones en las que no hay síntomas patológicos

La consejería estima que un 40% de esos pacientes no sufre patología que requiera de la red especializada. Pero los CAP también se saturan: los médicos de familia calculan que al menos un 30% de consultas obedece a problemas de salud mental o emocionales. Y aún hay enfermos no diagnosticados.

"Los factores que influyen en el bienestar



Los médicos de los ambulatorios atienden cada vez a más pacientes con problemas de salud mental

## Urgencias en casa y hospitalización

Una de las quejas más antiguas de las familias -que recogió recientemente el Síndic de Greuges al solicitar que mejore la atención en salud mental- es que en casos de enfermedad mental en que se da una crisis -o sin llegar a ésta, el enfermo empeora-, no se sabe a quién recurrir. De la Puente asegura que Salut mejorará la atención de urgencias y domiciliaria. Ya hay equipos especializados que atienden a los de urgencias en caso de urgencia. También funciona, pero no para todos los casos, el seguimiento individual, en que cada enfermo tiene una enfermera o trabajador social del centro de referencia, que controla su evolución. Pero se quiere

potenciar la atención domiciliaria, de manera que incluso si un enfermo no se quiere medicar, los especialistas de su centro mental puedan acudir a su casa para intentar convencerlo, ver su estado y, si lo ve necesario, ordenar un ingreso preventivo.

Salut también promete aumentar las plazas de hospitalización de adolescentes con problemas de salud mental, tanto las de urgencias en hospitales (en Vall d'Hebron de Barcelona se creará una nueva unidad) como en centros de día, donde puedan estar unas horas para garantizar que siguen tratamiento, por ejemplo. Si hay 310 plazas de hospital de día, según Salut, se quiere llegar a 517 en el 2015.

son el trabajo, la relación de pareja, los ingresos económicos, la crisis, el país, ningún aspecto estricto de salud. La salud mental tiene más que ver con la existencia", decía Matt Muijen, un responsable de salud mental de la Organización Mundial de la Salud en un congreso celebrado esta semana en Barcelona.

Los trastornos mentales crecen, favorecidos las alteraciones biológicas por los cambios sociales como envejecimiento, adicciones, sobrecarga laboral... "Muijen criticaba que menos del 20% de los lugares de trabajo europeos hacen actividades de prevención de salud mental... Y a las enfermedades se suma una medicalización de problemas que las personas no saben cómo sobrellevar y por los que van al médico en busca de ayuda, señala Molina. "Si vienen, no podemos dejar de atender a nadie", dice M. Lluïsa de la Puente, director

Continúa en la página siguiente

**TU FAS HALLOWEEN'07**

DEL 29 DE SETEMBRE AL 18 DE NOVIEMBRE

FA BÉI DUC HOTES ALGUNES AÇA ESTE FANTASMA I NO HÒIES NO TROBETES EL TALLER DE LA POSSIBILITAT. EL MOLT BÉI QUE DUC AQUEST HALLOWEEN NO TRES QUE EN COLI A QUINE PLEU D'ITINERARI QUE ET PASSARÀ ALGUNES 30 ILUSTRACIONS I 77 ACTIVITATS.

**TO DE TU NO Y VORÀ**

Hotel El Paso ****	A.D. 146€
Hotel Caribe ****	A.D. 154€
Hotel Port Aventura ****	A.D. 162€

RECOLL A NITZ D'HOTEL I S'ELLS D'ENTRADA AL PARC

TU FAS PortAventura

902 30 60 90

www.marsans.com

EL RETO DE LAS PATOLOGÍAS EMERGENTES ■ El modelo de atención

## “Doctor, vengo a que me envíe al psicólogo”

Los especialistas intentan tratar a los pacientes con trastornos y dar pautas de ayuda a quien no tiene signos patológicos

MARTA RICART  
Barcelona

A veces, las redes sociales eran más extensas, o se buscaba alivio espiritual... en la sociedad actual, cambian los valores, hay una sobrecarga emocional y la gente no sabe cómo contener o expresar su tristeza o su angustia. No existe un recurso público para atender el sufrimiento de las personas y se acude al más accesible: el médico. Hay que diagnosticar si padecen un problema de salud mental o no. Y aunque no lo sufran, hay que darles cierta atención. A veces, hasta son escucha”, explica Lluís Albaigés, psiquiatra y coordinador de la atención psiquiátrica en el CAP Amadeu Torner de l'Hospitalet de Llobregat. “Muchas personas ni presentan signos de patología, pero quisieran actuar sobre que, entiendo”, agrega Montserrat Palau, psicóloga infantil y juvenil en el CAP.

Los especialistas afirman que las consultas se llenan en parte porque “se idealiza la atención psicológica”. “Doctor, vengo a que me envíe al psicólogo”, le dicen muchos pacientes a médicos de familia como Sonia Sarret. Al psiquiatra no siempre quieren ir. Muchas veces, esos pacientes que piden un psicólogo no tienen patología alguna y, en cambio, no llegan al médico personas que sí sufren un trastorno mental. Estos son algunos de los problemas que llegan más a menudo a un CAP como el de l'Hospitalet.

**DEPRESIÓN.** Es un trastorno mental bastante usual, que puede ser grave y preocupa porque es una de las causas de suicidio. Muchos casos, incluso graves, llegan al médico de cabecera, a veces, contraindicados con otras enfermedades. Se procura que los enfermos reciban terapia (psicológica y farmacológica) en la red especializada. El problema es que la terapia raramente se alarga más de un año



TRABAJO EN EQUIPO. Sonia Sarret y Lluís Albaigés comparten consulta para reforzar la atención mental en el CAP de l'Hospitalet

por la limitación de recursos y la demanda. Salut promete ampliar los recursos. Los CAP con apoyo de especialistas también harán más terapia en casos incipientes.

**ANSIEDAD.** Trastorno con más prevalencia que la depresión y que puede ser también grave. Igual que aquella o el estrés desequilibra entre la exigencia laboral-personal a una persona y su capacidad para asumirla pueden desencadenar problemas laborales, familiares... Pero también son casos de ansiedad que no llegan al umbral patológico los que más saturan las consultas de salud mental sin necesidad. Todo el mundo padece en un momento u otro cierta ansiedad, pero es patológica sólo si es desmesurada, si se

sufren crisis de angustia, si hay un miedo a morir, a perder el control mental... Esos casos requieren tratamiento especializado. El médico del CAP aprende técnicas de tratamiento breve para dar a los pacientes que no sufren ansiedad patológica unas bases de relajación, pautas para hacer introspección sobre que les preocupa. Los médicos dicen que los signos de angustia pueden desaparecer así con una o dos visitas.

**NIDO VACÍO Y OTRAS SOLEDADES.** Entre mujeres de mediana edad se da el síndrome del nido vacío, cuando los hijos se hacen mayores y dejan la casa se sienten solas, desorientadas, sin objetivos... Entre la población envejecida se dan muchas situaciones

de soledad (especialmente en mujeres) que a menudo se satúan a problemas psicológicos por no saber entender o interpretar. Pueden ser crisis leves en que sólo se necesita alguien que escuche o acabar en graves depresiones o alcoholismo.

**TRASTORNOS EVOLUTIVOS.** Los patólogos mentales en menores de edad son trastornos adaptativos, de conducta, de personalidad, de desarrollo, depresión, trastornos alimentarios. Muchas consultas ya no pasan por el CAP. Otras veces se detectan problemas en el control pediátrico periódico o la madre lo comenta a su médico. Tienen una demanda de atención creciente los consumos adictivos de cannabis, cocaína o el abuso de alcohol, que se prevén tratar más desde el CAP. Los trastornos evolutivo-adaptativos (como el niño que no obedece...) son la consulta que más llega al CAP. Los médicos dicen que la mayoría de las veces no son casos de trastorno, sino que el niño actúa de manera que no se ajusta a las expectativas de los padres. El médico o el psicólogo dan unas pautas de relación de comprensión para que el problema no vaya a más. Los centros de salud mental de menores sí hacen más psicoterapia, sobre todo, familiar y grupal.

**TRASTORNOS EN INMIGRANTES.** Sufren trastornos adaptativos en muchos casos ya patológicos que suelen somatizar (como dolores de cabeza, problemas digestivos). Los especialistas señalan que es muy traumático, por ejemplo, el rearmplamiento familiar, porque los padres tienen grandes expectativas, creen que sus hijos, a los que no han visto en años, serán muy felices al llegar, pero los niños se muestran tristes o irritables, o desorientados, y a menudo el encuentro es decepcionante para padres e hijos, a la convivencia, problemática. Debería poder haber una intervención psicológica previa al reagrupamiento, explica Montserrat Palau.

## Grupos de ayuda en los CAP buscan evitar que los problemas acaben en patologías

Viene de la página anterior

za de l'Hospitalet de Salut. La consejería aplica un plan para reforzar la atención, en el que dota a los CAP de equipos de apoyo formados por un psiquiatra, un psicólogo y una enfermera que atienden consultas, hacen terapia y, sobre todo, aseguran al médico de familia. Casi cien CAP catalanes (un 20%) ya tienen esos equipos (cada uno trabaja en varios CAP) muy limitas a la semana o al mes, que se van ampliando) y se pre-

vé que todos tengan en el 2010. El CAP Amadeu Torner de l'Hospitalet de Llobregat aplica el modelo desde el 2003 (fue centro piloto).

“La atención de salud mental desde el CAP permite una mayor detección precoz de trastornos, pues atiende todo tipo de pacientes, el médico conoce su historia, a la familia —eso se nota más con los adolescentes, más reacios a ir al médico—, y si los excusaba, de las explicaciones constata la existencia de síntomas o de problemas”, indica Sonia Sarret,

médica de familia del citado CAP.

El apoyo del psiquiatra y psicólogo al médico de cabecera favorece la detección y la ayuda en el diagnóstico y tratamiento. Montse Torres, directora del Amadeu Torner, asegura que también se reducen las recetas de ansiolíticos porque los médicos recetan más adecuadamente.


Los pacientes con trastornos mentales graves se derivan al centro de salud mental (a veces ni llegan ya al CAP). El objetivo es asegurar que se tratan antes y de forma adecuada; y

el CAP trata los casos leves y previene nuevos casos. Una herramienta de prevención son los grupos de ayuda a menudo dirigidos por enfermeras. Los CAP van creando estos grupos, que reúnen a personas con un problema y les facilitan una vía de desahogo, les enseñan pautas para manejar lo que les preocupa, evitando que su inquietud crezca y acabe en patología. Hay grupos de duelo (para la pérdida de familiares), de relajación, de madres primerizas, de masaje infantil, de cuidadores de enfermos crónicos o discapacitados, talleres de memoria, de fibromialgia, de madres y padres de niños hiperactivos...

Pero las quejas de usuarios y de profesionales por la falta de recursos terapéuticos se repiten. De la

Puente defiende que los centros de salud mental hacen psicoterapia y que los CAP tratan haciendo más, aunque admite que es insuficiente ante la gran demanda. Promete que se irá contratando a más profesionales, pero recuerda que la sanidad pública tiene limitaciones. Los responsables de la consejería consideran, por ejemplo, que no pueden ofrecer psicoanálisis porque los tratamientos son demasiado largos y costosos.

Salut prepara pautas para establecer pautas de tratamiento sobre evidencia de eficacia. La primera será para tratar la depresión. Pero De la Puente se lamenta de que “muchas veces no es un problema de gran demanda, sino de expectativas irreales, muchas personas esperan soluciones inmediatas o imposibles”.



Aragó, 562-566

VIVIENDAS DE EXCEPCIÓN

Pisos 2 y 3 habitaciones, local comercial y parking

Amplios espacios luminosos y confortables  
Equipamiento de primeras marcas (SALAT, CARRER FORTLAU, BRICA, SALTO...)  
Emplazamiento en una de las zonas de mayor proyección de Barcelona  
VISITE PISO MUESTRA EN LA MISMA FOTOCIÓN  
Horario de Lunes a Viernes de 10 a 14h de 16 a 18h

www.aling.com arago562@aling.com 902 32 40 40