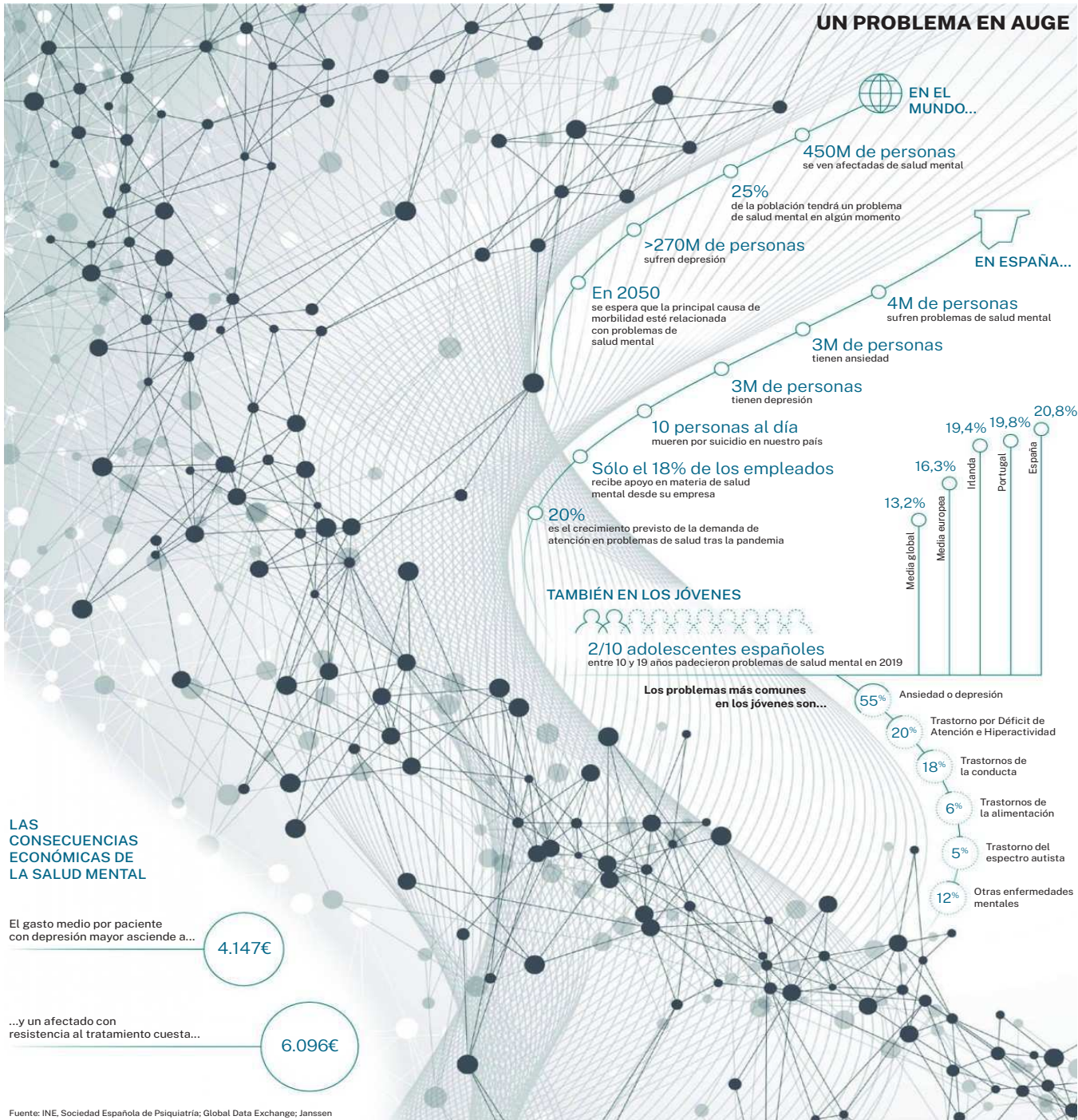


SOCIEDAD

La salud mental será la primera causa de morbilidad en 2050 **P. 46**

A fondo





La salud mental afronta numerosos retos tras la pandemia. Al estigma y los prejuicios que causa la enfermedad en sí misma se suman la falta de recursos y la necesidad de mejorar la coordinación y potenciar la investigación para descubrir fármacos más efectivos. Los desafíos son numerosos y todos ellos fueron abordados el pasado martes durante la celebración del I Foro Afectivo Efectivo sobre Salud Mental, impulsado por Janssen en colaboración de Cátedras en Red, bajo el lema «Soluciones Afectivas para el siglo XXI».

Ante el previsible impacto de la pandemia en la salud mental, Luis Díaz-Rubio, director general de Janssen España y Portugal, aseguró que la Covid-19 «nos ha hecho darnos cuenta de que somos vulnerables y de que hay que priorizar la inversión sanitaria. Además, la oleada de solidaridad ha permitido compartir objetivos entre distintos agentes. Y la ciencia nos ha dado la respuesta para mejorar los indicadores de la pandemia como ya nos ayudó a erradicar enfermedades como la viruela, que mató a 300 millones de personas. La investigación nos permite ahora hacer una medicina con humanismo de precisión. En el campo de la salud mental, resulta clave mejorar el diagnóstico precoz y aumentar la inversión». Enrique Ruiz Escudero, consejero de Sanidad de la Comunidad de Madrid, coincidió en que la ciencia y la investigación «son el motor de la vida, como hemos visto con las vacunas contra el coronavirus». En su opinión, la salud mental es uno de los grandes retos de la salud pública, que debe visibilizarse como primer paso en su prevención. «También hay que hablar de diagnóstico temprano y apoyo psicológico», añadió.

Modelo afectivo efectivo

¿Se habla ahora más de salud mental? La respuesta es afirmativa para Celso Arango, psiquiatra y presidente de la Sociedad Española de Psiquiatría (SEP), cuyas estimaciones apuntan a que en 2050 será la primera causa de morbilidad. «Esto es una oportunidad que debe canalizarse para no cometer los errores que sufrimos en el pasado y para tener un buen sistema de salud», subrayó, incidiendo en que la innovación en salud mental ha sido escasa en algunas áreas, «pero comienzan a estudiarse nuevas dianas de los fármacos y nuevas vías de investigación. Hay estigma incluso en la inversión en investigación, pero hemos avanzado mucho. Aun así, existe un cuello de botella que se llama accesibilidad:

Día Mundial

La salud mental será la primera causa de morbilidad en el año 2050

► «La demanda de patologías psiquiátricas aumentará un 20% la necesidad asistencial, y no estamos preparados», alertan los expertos

Javier Granda

el número de personas que pueden beneficiarse de los nuevos medicamentos es escaso. Tenemos que lograr que esos avances lleguen». Otra de las claves que destacó es la mejora de la coordinación: los trastornos mentales son complejos, por lo que los afectados necesitan mucho más que el tratamiento farmacológico y médico. En opinión de Arango, «debe potenciarse la flexibilidad y la coordinación escuchando tanto a los pacientes como a los familiares».

En cuanto al área de humanización, Arango recordó que debe cuidarse también al profesional sanitario. «La pandemia que estamos viviendo ha hecho visible que las personas que trabajamos en el sector de la Sanidad somos también seres humanos que sufrimos y tenemos problemas mentales. En mi hospital, más de 550 trabajadores han sido atendidos en el servicio de Salud Mental. Si no cuidamos a los que nos cuidan, nos va ir mal: desde el celador, al conductor de ambulancia, enfermería...», enumeró.

Por su parte, para Rafael Bengoa, exconsejero de Sanidad en el País Vasco, aseguró que la demanda en salud mental aumentará un 20% la necesidad asistencial «y no esta-

mos preparados para ello. Se trata de la oleada más imperceptible, porque entre las demás enfermedades no-covid –que tampoco se han atendido bien– la salud mental va a ser la más invisible, pues se trata de la más estigmatizada; no la tenemos naturalizada y tiende a pasar más desapercibida».

Entre las soluciones de la innovación, Antoni Ramos-Quiroga, jefe del Servicio de Psiquiatría del Hospital Valle de Hebrón de Barcelona, aseguró que resulta imprescindible poner al paciente por delante, ante todo, e incorporarlo a los órganos de decisión. Por su parte, para Maribel Rodríguez, gerente de Feafes Empleo y de la Fundación Empleo y Salud Mental, resulta fundamental «escuchar la voz del paciente. Lo deben entender así las administraciones, porque ese gesto va a implicar tener menos costes». Y así lo ratificó José Luis Poveda, jefe del Servicio de Farmacia Hospitalaria del Hospital La Fe de Valencia, quien apostó por gestionar la información de forma diferente «y hacer las cosas mejor desde ya mismo».

Mejorar la gestión

En cuanto a la coordinación, están marcando el camino proyectos como Polaris, impulsado por la Asociación Vizcaína de Familiares y Personas con Enfermedad Mental (Avifes) o el programa Lehenak de primeros episodios psicóticos de la Red de Salud Mental de Vizcaya. Específicamente para los profesionales sanitarios destaca el programa Héroes, enmarcado en un estudio que lidera la Universidad de Columbia (EE UU). «Yo les digo a mis residentes que, en primer lugar, hay que tratar a los pacientes y, a partir de ahí, eres un coordinador», aseguró el psiquiatra de la Red de Salud Mental de Vizcaya, Iñaki Gil, que subrayó que la enfermería ha ganado mucho peso en este ámbito. En este aspecto coincidió con Patricia Lana, enfermera especialista de salud mental del Servicio Canario de Salud, quien reconoció que se está pasando «de curar a cuidar con empatía, trascendiendo al individuo y llegando a la comunidad».

«Lo importante es observar al paciente como persona y saber qué quiere hacer con su vida. La coordinación debe basarse en tener al afectado en el centro y escucharle», apuntó Ana López Trencó, médico y gerente de la Asociación Aragonesa Pro Salud Mental (Asapme), que alertó de que la pandemia está sacando muchos problemas de salud mental que estaban ocultos: «Tenemos que luchar contra el estigma, hablar tanto de salud mental

nos abre nuevas oportunidades para contar de manera adecuada la prevención del suicidio».

En cuanto a las soluciones de humanización, Ana González Pinto, presidenta de la Fundación Española de Psiquiatría y Salud Mental (Fepsam), aseguró que hay carencias estructurales y debe potenciarse la toma de decisiones compartidas con los pacientes y la especialización para combatir el estigma. Por su parte, José Ramón Pages, coordinador general de la Fundación de Asistencia Nacional a Ayuda a Enfermos con Depresión (Anaed), solicitó a toda la sociedad «hacer un trabajo común, pues un paciente de salud mental necesita más ayuda. Además, las asociaciones de afectados podemos ayudar mucho porque, por ejemplo, escuchamos sin juzgar y sabemos que no hay que decirle nunca a un paciente que se anime, ya que eso no debe hacerse».

Diferentes expertos coincidieron en que la prevención es uno de los ámbitos que debe potenciarse, lo que supone un gran reto. Para la

«Debemos luchar contra el estigma; hablar de estos problemas ayuda a prevenir el suicidio»

Se estima que una de cada cuatro personas sufrirá este tipo de trastornos al menos una vez en la vida

doctora González Pinto no se hace «quizá por miedo. Porque todos podemos tener un problema de salud mental, ya que va a llegar al 20-25% de la población». El testimonio de personas famosas, ya sean deportistas, artistas o políticos, es una excelente herramienta porque «ayuda tanto a normalizar como para dar esperanza», aseguró González Pinto.

La cita terminó con el testimonio de la paciente y escritora Almudena Sánchez, que acaba de publicar el libro «Fármaco» en el que cuenta su experiencia. «Estaba en una fase grave de depresión: no me levantaba, lloraba continuamente, no comía... Me costó mucho aceptar que iba a ser una persona con un problema psiquiátrico y pensaba que me iba a quedar una huella toda la vida. Y, al final, te das cuenta de que es una enfermedad como cualquier otra», concluyó con un aliento a la esperanza.