

FERNANDO GONÇALVES, COORDINADOR DEL GRUPO DE TRABAJO SALUD MENTAL DE LA SEMG (Nº COLEGIADO: 494900951)

“UNA EDUCACIÓN CON VALORES SÓLIDOS PUEDE LOGRAR PERSONAS EMOCIONALMENTE MÁS RESISTENTES”



El objetivo principal del Grupo de Trabajo Salud Mental de la Sociedad Española de Médicos Generales y de Familia (SEMG) es, fundamentalmente, la actualización mantenida de las habilidades en Salud Mental de los médicos de Atención Primaria, para lograr una mejor asistencia a la población.

Hablamos sobre investigación, prevención y atención desde Atención Primaria con **Fernando Gonçalves**, coordinador del Grupo de Trabajo Salud Mental de la SEMG, quien nos avanza cuáles son los sus principales proyectos de investigación. *“Esencialmente estudios epidemiológicos de las enfermedades psiquiátricas en las consultas de Atención Primaria, para conocer y analizar la realidad con la que nos encontramos en*

nuestra asistencia profesional cotidiana, y favorecer la formación continuada que mejor se adapte a esa realidad percibida”. También le preguntamos cuáles son los principales avances y estudios médicos que se están desarrollando a nivel internacional en el campo de la enfermedad mental, un área muy compleja e inexplorada aún. A pesar de la enorme dificultad que entraña el estudio del cerebro, afirma que *“vivimos en la*

época de mayor estudio del cerebro humano, sin duda. Intentando desentrañar los muchos secretos que aún desconocemos y que pueden condicionar o ser la causa de la enfermedad mental. Un dilema, aún sin resolver, es el posible origen orgánico de algunas enfermedades mentales, más allá de lo emocional”.

La prevención en lo que se refiere a enfermedades mentales es un tema muy debatido, sin acuerdos unánimes al respecto y de una enorme dificultad. Lo que si se pone de manifiesto, por diferentes autores, tal y como nos explica Gonçalves, “es que una educación con valores sólidos, que logre formar personas con una menor vulnerabilidad personal, y una capacidad mayor de adaptación a su medio, puede lograr personas emocionalmente más resistentes, por ejemplo, ante los trastornos afectivos u otros”. En otras patologías, señala, la prevención es más difícil y en muchos casos, cuando menos, de resultados inciertos.

Prevalencia y mortalidad

La enfermedad mental, hoy en día, se extiende de manera significativa entre todas las capas sociales, sin distinción de géneros, clase ni niveles educativos, especialmente la ansiedad y la depresión, y sin embargo siguen provocando una gran incomprensión, en general. El coordinador afirma que, en cuanto a incidencia y prevalencia, probablemente “los trastornos afectivos, es decir, las depresiones, son los más habituales. Los trastornos de personalidad y los de ansiedad, junto con la patología dual, conformarían el póker de ases de las patologías mentales en nuestro medio”. En cuanto a mortalidad, a través del suicidio, sin duda alguna las más frecuentes son las depresiones, seguidas de los trastornos límite de la personalidad, el abuso de sustancias y la esquizofrenia u otros cuadros psicóticos.

“La lucha contra el estigma que representa la enfermedad mental pasa por la normalización y el conocimiento”

Desde su punto de vista, el punto clave en el que es más necesario trabajar para lograr la sensibilización, tanto a nivel social como desde las administraciones, es “conseguir en la sociedad la aceptación de las enfermedades mentales, sin que ello conlleve estigmatización o demérito alguno para el desarrollo del sujeto que la padece en la sociedad en que desenvuelve su vida cotidiana”.

Estigma

Luchar contra el estigma social es uno de los aspectos en los que puede avanzarse más para mejorar la calidad de vida de las personas que padecen enfermedad mental, y el primer paso para conseguir tanto la aceptación como la curación de los pacientes.

En ese sentido, Gonçalves afirma que el único camino es la normalización y el conocimiento. “Es decir, con la aceptación de que es una patología más de las muchas que sufre, o puede sufrir, cualquier ser humano a lo largo de su existencia, al igual que cualquier otro tipo de enfermedad. Y a ello puede ayudar un cierto grado de “externalización” de la propia patología, cuando de ellas hablamos. Por ejemplo, un paciente puede tener una hipertensión arterial y, sin embargo, cuando hablamos de enfermedad mental solemos decir que es, no que tiene. No es lo mismo tener, que ser. ¿Por qué? Así pues debemos decir que un paciente tiene una depresión, no que es un depresivo, tiene una esquizofrenia, no que es un esquizofrénico, al igual que hablamos de que el paciente tiene hipertensión arterial, y no que es un hipertenso, etc.”

“Un dilema, aún sin resolver, es el posible origen orgánico de algunas enfermedades mentales”

Las familias son otro de los puntos clave en cuanto al apoyo que prestan a las personas que sufren enfermedad mental, y por supuesto al apoyo que ellas mismas necesitan, como cuidadoras que sufren un desgaste, además de la incomprensión de la sociedad. Al respecto, el coordinador nos explica que cualquier familia en la que uno de sus miembros padece una enfermedad mental debe ser informada seriamente de ella y así, “adquirir el conocimiento suficiente de sus necesidades y sus riesgos, dependiendo de la patología de la que se trate. Y sobre todo tener conocimiento con absoluta claridad de dónde, cómo y cuándo solicitar ayuda”.

Abordaje de la enfermedad

Atención Primaria es el primer nivel asistencial de nuestro Sistema Sanitario, y por lo tanto el primer lugar de detección y derivación de los pacientes con enfermedad mental. El abordaje de estas enfermedades y la preparación de los profesionales es extremadamente importante. En este sentido, Gonçalves manifiesta que “tanto en Atención Primaria, como en otros niveles asistenciales, la formación continuada debe ser la norma exigible a sus profesionales, puesto que ello conlleva la detección precoz de los casos y su pronta estabilización, e incluso cura, por el tratamiento correspondiente”.

Pero la formación y actualización de los médicos no es la única variable que determina la calidad de la atención en Primaria. Tal y como nos explica el coordinador, el escaso tiempo que los médicos pueden dedicar a cada paciente es una de las principales barreras para la detección y el diagnóstico precoz. Es por eso que, desde su punto de vista, la administración debe “dotar a sus médicos del tiempo necesario y suficiente de consulta con cada paciente, para que puedan llevar a cabo su labor con profesionalidad, sin el agobio siempre presente de sus prisas, por la masificación de las consultas”. +