

DÍA MUNDIAL DE LA SALUD MENTAL

El 10 de octubre se celebra el Día Mundial de la Salud Mental. El Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid se suma a esta efeméride para informar y concienciar al público general y a las instituciones sanitarias acerca de los problemas de la salud mental en nuestra comunidad. Desde el Colegio hacemos un llamamiento a facilitar la integración social y laboral de todas las personas que han sido diagnosticadas de algún trastorno mental y seguir apoyando a las familias en la dura tarea de convivir con estas dificultades.

Los trastornos mentales son el problema de salud más extendido en Europa. Este año la OMS propone que nos detengamos a reflexionar sobre la depresión. Este Organismo nos dice que la depresión afecta a más de 350 millones de personas en el mundo. Aunque existen tratamientos eficaces, miles de personas no pueden tener acceso a estos tratamientos, sobre todo en los países en desarrollo. Obviamente en los países con mejores oportunidades económicas y sociales las personas con trastornos mentales en general y las que padecen depresión en particular, si pueden recibir tratamiento pero aparecen otras dificultades por la forma en que las instituciones sanitarias han organizado la Salud Mental.

En España, en concreto en la Comunidad de Madrid, el Colegio sigue insistiendo que es imprescindible incorporar psicólogos en los diferentes niveles de asistencia, especialmente en **atención primaria**. De esta manera se podrían realizar programas de prevención, promocionar la salud y asesorar y formar al resto de los profesionales que intervienen en este nivel asistencial. Pongamos un ejemplo en referencia a la depresión. La depresión es el trastorno mental que más consultas genera entre la población madrileña. Una persona con depresión llega al médico de familia y se le prescribe un tratamiento farmacológico y en algunos casos es derivada al Centro de Salud Mental, donde los psicólogos, en algunas zonas, ni siquiera realizan la primera entrevista, ni hacen la evaluación, ni elaboran el tratamiento. Es muy importante que se respeten las competencias del psicólogo clínico. Cuando el médico de familia receta antidepresivos, en muchos casos de limitada eficacia terapéutica, cuando son la única forma de intervención, está facilitando la cronificación del problema. Criticamos por tanto la elevada prescripción de fármacos, a pesar de que la opción más exitosa y recomendada por las guías de intervención clínica, es la psicoterapia o una intervención conjunta, psicológica y farmacológica.

Los Psicólogos Especialistas dentro de la atención primaria abordarían estas patologías con tratamientos psicológicos y filtrarían con criterios más eficaces quién tendría que acudir a los especialistas de los Centros de Salud Mental, mejorando la calidad del tratamiento y reduciendo los costes económicos.



Para mejorar la atención que reciben los ciudadanos desde Salud Mental se necesita también crear **Servicios de Psicología Clínica** desde los que se organicen las prestaciones psicológicas en los distintos ámbitos y niveles del SNS, como hospitales, atención primaria y atención especializada.

Por otra parte, en cuanto a las **ratios** de psicólogos, tienen que adecuarse los recursos de los profesionales de la psicología clínica a la demanda real de los usuarios y de la sociedad en general. La media europea es de 18 psicólogos por cada 100.000 habitantes, mientras que la española es de 4,3 para el mismo número de habitantes, al tiempo que se debe **equiparar la ratio de psicólogos y psiquiatras** en la red de Salud Mental de la Comunidad de Madrid. Para conseguirlo hay que empezar por aumentar las plazas PIR (profesionales en formación especializada).

El Día Mundial de La Salud Mental es un buen momento para reflexionar sobre la forma en que estamos abordando estos problemas y, particularmente, sobre los aspectos de la atención sanitaria, tanto pública como privada, que podemos y debemos mejorar para que las personas que padecen este tipo de trastornos reciban la mejor atención e intervención psicológica posibles.

Madrid, 10 de octubre de 2012