



Con motivo del Día Mundial de la Salud, que se conmemora el próximo jueves, ponemos el foco sobre las enfermedades mentales, que a menudo siguen en la penumbra a pesar de ser uno de los grandes males de las sociedades desarrolladas.

SALUD MENTAL: EL GRAN DESAFÍO

Victor Pérez Sola



Una de cada cuatro personas padece o padecerá alguna enfermedad mental a lo largo de su vida. Se estima que en el 2020 cinco de las 10 enfermedades que causarán más discapacidad serán trastornos mentales. Estas enfermedades, consecuencia de alteraciones en el cerebro, incluyen afecciones muy frecuentes como la depresión, la ansiedad o el abuso de alcohol, y otras menos frecuentes como la esquizofrenia, el trastorno bipolar o el trastorno obsesivo compulsivo, pero que implican una gran discapacidad por afectar a personas jóvenes y ser en muchas ocasiones de evolución crónica.

Pese a los avances diagnósticos y terapéuticos, la carga personal y familiar de los trastornos mentales aumenta década tras década, lo que conlleva importantes consecuencias sociales, económicas y legales. Se trata de enfermedades complejas, en cuya causa intervienen factores genéticos-biológicos que interaccionan con factores como los antecedentes por malos tratos o abusos durante

la infancia y los acontecimientos vitales recientes. De acuerdo con la investigación desarrollada en las últimas décadas, todos tenemos una determinada vulnerabilidad para los trastornos mentales, cuya aparición se desencadena ante experiencias vitales, como pérdidas, duelo o uso de sustancias. Este modelo explicaría la razón por la que en los últimos años alguna de estas enfermedades, como la ansiedad, la depresión o el abuso de alcohol, han aumentado en relación con la crisis económica.

Uno de los retos de la salud mental es mejorar el abordaje de alguna de las enfermedades más frecuentes como la depresión, en la actualidad la segunda causa global de discapacidad. Uno de cada 10 pacientes que acude al médico de cabecera sufre una depresión y se estima que, en Europa, uno de cada 10 euros que nos gastamos en salud es debido a los costes directos e indirectos (bajas laborales y suicidios) de esta enfermedad. Pese a estos datos y al esfuerzo realizado en la detección y tratamiento de la depresión, su prevalencia sigue aumentando y, si nadie lo remedia, se prevé que en el 2030 pasará a ser la principal causa de discapacidad a escala global.

Un problema ignorado hasta hace unos años es la relación entre estos trastornos mentales y otras enfermedades graves como

la diabetes, la enfermedad cardiovascular y la respiratoria. Los pacientes con depresión mayor o esquizofrenia presentan una probabilidad de muerte prematura del 60% mayor que la población general, debido esencialmente a dos factores: peor evolución de la salud física y suicidio. Hoy sabemos que uno de los factores más relacionados con la mortalidad en el caso de enfermedades crónicas –como las respiratorias o la cardiopa-

Algo ignorado hasta hace

poco es su relación con

las diabetes y cardiopatías

tía isquémica – es su alta comorbilidad [coexistencia] con enfermedades mentales como la depresión o el abuso de alcohol.

La conducta suicida es otro problema de especial relevancia, cuyo principal factor de riesgo es la enfermedad mental. En el 2013, último año del que tenemos datos fiables, se suicidaron en Cataluña 537 personas, el doble de las muertes por accidente de tráfico y 10 veces más de las atribuidas a otra de las lacras de nuestra sociedad: la violencia

de género. El suicidio es la segunda causa de muerte entre los jóvenes y se estima que por cada muerte por suicidio 20 personas lo intentan.

En los próximos años, la lucha contra el estigma que conllevan estas enfermedades y que sufren los pacientes y las familias que soportan la mayor parte de sus cuidados es otro de los retos de nuestra sociedad. El estigma es especialmente grave en los enfermos mentales crónicos y en pacientes en riesgo de exclusión social, con trastornos adictivos graves y que con frecuencia padecen además enfermedades orgánicas importantes.

Además, la continua aparición de nuevas sustancias de abuso o los cambios que va a implicar la posible legalización de sustancias como el cannabis son auténticos desafíos sociales. En los últimos años la prevención de las enfermedades mentales y el suicidio se han constituido en una prioridad de nuestro sistema de salud, pero aún está por demostrar que las acciones que se han puesto en marcha como el código riesgo de suicidio sean capaces de disminuir la discapacidad y la mortalidad relacionada con estas enfermedades. ■

Victor Pérez Sola es director del Servicio de Psiquiatría del Hospital de Mar-CIBERSAM

537

personas se suicidaron en Catalunya en el 2013, el doble de las muertes por accidente de tráfico.

10%

de los pacientes que acuden al médico de cabecera sufren una depresión.

2030

La depresión, en 15 años, será la primera causa de discapacidad si continúa la tendencia actual.

