

La Federación de Asociaciones para la Defensa de la Sanidad Pública ante la situación de la salud mental

La salud mental es uno de los grandes retos que tendrá que afrontar el próximo Gobierno.

La mayor parte de los partidos políticos que concurrieron a las elecciones del 23J priorizaban en sus programas electorales la necesidad de abordar situación de la salud mental y mejorar la Atención Primaria, los grandes marginados del sistema sanitario.

Los trastornos mentales son un problema que afecta a una gran parte de la población.

Según datos del Instituto Nacional de Estadística, 700.000 personas de entre 45 y 64 años señalan que consumen sistemáticamente antidepresivos y estimulantes, y padecen problemas de salud mental como trastornos adaptativos, ansiedad, insomnio, depresión, fobias o trastornos de la conducta alimentaria como anorexia, bulimia, etc.

Esta dramática situación tiene su origen en diferentes determinantes.

a) Las estrategias adoptadas durante la pandemia COVID, b) la incertidumbre laboral, c) la soledad, d) la obligación de cuidar a familiares con problemas de salud crónicos, e) la reiteración de diferentes crisis económicas y sociales y f) el modelo de sociedad neoliberal extremadamente insolidario y competitivo. Todos estos problemas solos o combinados alteran el equilibrio psicológico de las personas.

Sin embargo, el sistema sanitario carece de la orientación y los recursos necesarios para afrontar racionalmente el problema.

1.- **La falta de especialistas en salud mental** en el nivel primero y hospitalario, necesarios para diagnosticar, tratar y controlar adecuadamente a las personas afectadas. Por otro lado, solo un 30% de los psicólogos clínicos que ejercen en España (unos 9.000) trabajan en la sanidad pública.

2.- **Las largas listas de espera para tratamientos y control de estos procesos**, que obliga a muchas de las personas afectadas a recurrir al sector privado, lo que supone una barrera para la asistencia, generan desigualdad y afectan de manera especial a los grupos sociales con menos recursos económicos. Las consultas por problemas de salud mental han aumentado entre un 20 y un 30% en los últimos años lo mismo que las listas de espera para acudir a un especialista en la sanidad pública que superan en muchas comunidades autónomas los seis meses y o los tres para citas de seguimiento.

3.- **La orientación medicalizado-curativa de la Atención Primaria y la falta de especialistas en salud mental en los Centros de Salud**, especialmente de psicología clínica, que obliga a los/as médicos/as de Familia a buscar una solución en la prescripción de fármacos en lugar de en tratamientos psicoterapéutico, lo que supone medicalizar y transformar en enfermedades lo que son problemas cotidianos de la vida.

La falta de recursos y la marginación de la salud mental tienen una gran importancia sanitaria, social y económica para la sociedad.

Entre el 40% y el 60% de los motivos de consulta en Atención Primaria estaban relacionados con patologías mentales. Tras la pandemia este porcentaje aumentó más de un 20%. Más de 2,1 millones de personas sufren algún cuadro depresivo y el 5% tiene diagnosticada ansiedad.

La marginación de la Atención Primaria y la falta de especialistas en psicología clínica en los Centros de Salud repercute sobre la salud de la población y afecta negativamente a la economía.

- La depresión y la ansiedad son las enfermedades que más discapacidad generan.
- El suicidio se ha convertido en la primera causa de muerte de los adolescentes y ha experimentado un incremento del 25% en diez años. En 2020 se produjeron en España 3.941 defunciones por suicidio o lesiones autoinfligidas, lo que representa 8,3 por cada 100.000 habitantes (la mayor cifra en las últimas cuatro décadas). Es la causa externa más frecuente de muerte, supera a los accidentes de tráfico, y es la segunda causa en el grupo de edad de 20 y 24 años.
- Incrementa irracionalmente el gasto sanitario vinculado al elevado consumo de psicofármacos, la hiperfrecuentación de consultas médicas, la realización innecesaria de pruebas diagnósticas para descartar somatizaciones, etc. Los sobrecostes vinculados a la ansiedad y depresión suponen unos 23.000 millones de euros al año.
- Favorece las bajas laborales, repercute sobre la productividad laboral y afecta la economía del país.

La falta de psicólogos representa un importante riesgo para la salud global de las personas.

No solo por el sufrimiento asociado a estos trastornos, sino también por el abuso de medicación psicotrópica que se asocia a importantes efectos secundarios como la dependencia de fármacos y los síndromes de abstinencia.

La demanda asistencial por estos trastornos recayó en un 58,6 % en especialistas en psicología, en un 31,7 % en medicina de familia y en un 22,4 % en psiquiatría.

El tratamiento adecuado de los trastornos mentales necesita combinar psicoterapia con uso de medicamentos, pero debido a la ausencia de psicólogos clínicos en Atención Primaria estos problemas son tratados en su mayor parte por médicos de familia sin formación específica en esta materia y con muy poco tiempo a dedicar a cada paciente (atienden una media de 50 pacientes al día), por lo que recurren casi exclusivamente al tratamiento farmacológico.

En el año 2021 fuimos el país que más benzodiacepinas consumió en el mundo, con 110 dosis diarias de benzodiazepinas por cada 1.000 habitantes. Entre el 2010 y 2021 el consumo de ansiolíticos, hipnóticos y sedantes aumentó en más de 10 puntos, pasando de 82,50 dosis diarias por mil habitantes a 93,04. Más de dos millones de españoles toman a diario ansiolíticos, cuyo mal uso genera dependencia, tolerancia y síndrome de abstinencia. Nuevamente los jóvenes son los más afectados ya que son junto con el tabaco o el alcohol son las sustancias de inicio más temprano (14 años).

Disponer de especialistas en psicología en los Centros de Salud de todo el Estado solo costaría 200 millones, una nimiedad si se compara con los miles de millones de gasto en psicofármacos. La falta de estos profesionales se asocia a un 50% de los costes de salud mental totales.

La salud mental esta en buena parte privatizada.

En 2018 en España había más de 32.000 psicólogos colegiados, pero solo había 2.300 trabajando en la sanidad pública. Una desproporción que muestra el elevado nivel de privatización de esta especialidad.

La privatización incrementa la desigualdad social y perjudica a las clases populares con menores recursos económicos. La atención psicológica sólo la reciben los grupos sociales que pueden pagarse la consulta privada.

Las personas de clase social más elevada recurrieron más a especialistas en psicología mientras que las clases trabajadora recurrieron mucho más a la atención primaria y en buena parte fueron derivados a psiquiátrica, algo que suele llevar aparejado un tratamiento más farmacológico que psicoterapéutico.

Quienes ganan con esta situación:

- *Los servicios privados:* La falta de personal en la sanidad pública y las listas de espera empujan a los pacientes a recurrir al sistema privado.

- *La industria farmacéutica:* Somos uno de los países europeos que más gasta en fármacos psicotrópicos, mientras que los nuevos medicamentos, utilizados fundamentalmente por la psiquiatría, son cada vez más costosos.

Quienes pierden:

- *Las personas con menores recursos económicos* y bajo apoyo social que padecen con mayor frecuencia trastornos de naturaleza psicológica.

- *Las mujeres* que doblan a los hombres en el consumo de psicofármacos y que son más proclives al diagnóstico de ansiedad, insomnio o depresión.

- *Los jóvenes:* Un 13,6% de los adolescentes consumen psicofármacos, un punto más que el año 2019. Nuevamente el porcentaje es mucho mayor entre las mujeres (casi el doble).

- *La economía del país* que soporta grandes costes laborales y un gasto innecesario en medicamentos.

La falta de personal constituye una importante barrera para el acceso de una buena parte de la población a un tratamiento adecuado.

Según datos de Eurostat (2019), somos uno de los países con menor número de psiquiatras por cada 100.000 habitantes (11,84), con una ratio en 6 psicólogos clínicos por cada 100.000 habitantes, muy lejos de la media europea de 18 especialistas o de los 20 recomendados por la Organización Europea de Salud Mental.

El precio medio de un tratamiento de un especialista privado es de 75 euros por sesión, es decir, una persona que cobre el salario mínimo (1.108 euros al mes) tendría que trabajar 9 horas y 41 minutos para pagar una consulta en el psicólogo. Como lo normal son una sesión por semana, el coste mensual alcanzaría una media de 204 euros semanales y más de 2.000 euros al año.

Medidas para abordar esta graves situación:

- 1.- Priorizar la salud mental dentro del Sistema Sanitario Público.
- 2.- Elaborar un nuevo Plan de Acción en Salud Mental.
- 3.- Planificar las necesidades de personal de Psicología Clínica, Psiquiatría y Enfermería de Salud Mental, incrementando los recursos hasta alcanzar la media de los países europeos.
- 4.- Aumentar la oferta de formación en psicología PIR. La última oferta de plazas fue de 247, mientras que los psicólogos estiman que deberían ser 420 y para solventar el déficit existente no deberían de bajar de 1.000. Desgraciadamente las plazas de Psicología son las que menos han crecido en estas convocatorias.
- 4.- Actualizar la cartera de servicios del sistema público para diagnosticar, evaluar y tratar los trastornos psicológicos.
- 5.- Incorporar el acceso a psicología clínica en la Atención Primaria.
- 6.- Mejorar las condiciones laborales del personal especialista para hacer atractivas las plazas públicas, especialmente en Atención Primaria. Solo el 40% de los psicólogos clínicos disponibles trabajan en la sanidad pública”.

***Federación de Asociaciones para la Defensa de la Sanidad Pública
Septiembre de 2023***