

## Salud mental

# El cambio social y la salud mental

## presentaci3n

Muchos son los factores que pueden incidir en la salud mental y los cambios sociales son uno m1s a tener en cuenta. La incorporaci3n de la mujer al mercado laboral, las poblaciones inmigrantes o la expansi3n de las nuevas tecnolog1as de la comunicaci3n son solo algunos de estos cambios, cuyo impacto muchas veces no se ha tenido en cuenta.

## debate

El evento comenz3 con una introducci3n por parte de **Antoni Vila Casas**, presidente de la Fundaci3n Vila Casas. **Miquel Vilardell**, patrono de la Fundaci3n y moderador del debate, dio la bienvenida a los asistentes y present3 a los dos ponentes de la sesi3n: **Adolf Tobeña**, catedr1tico de Psicolog1a M3dica y Psiquiatr1a en la Universidad Aut3noma de Barcelona y **Pilar Solanes**, responsable del Departamento de Salud del Ayuntamiento de Barcelona.

**Adolf Tobeña** comenz3 destacando la complejidad de los trastornos mentales como un universo casi inmanejable debido a la gran variedad que abarca, donde muchos tienen poco que ver entre s1. Apunt3 tambi3n toda una serie de cambios sociales profundos que se han venido produciendo. Aunque la evidencia de estos cambios es innegable, todav1a no sabemos con exactitud c3mo

han podido influir en los trastornos mentales. Por eso, Tobeña propuso la necesidad de medir con precisi3n estos cambios, su relevancia y las oscilaciones que en ellos se producen y la necesidad de discernir con detalle y rigor las vinculaciones entre estos y las distintas patolog1as mentales. Solo partiendo de buenos datos se podr1n derivar adecuadas intervenciones.

**Pilar Solanes** comenz3 explicando el motivo por el cual una ciudad debe tener un plan de salud mental, una herramienta necesaria para ayudar a articular las acciones de todos los agentes que intervienen en este campo. La multitud de actores hace necesario compartir una conceptualizaci3n a partir de la cual desarrollar vectores comunes. As1, la salud mental debe ser considerada una prioridad absoluta, siendo el 1mbito local donde deben concretarse la mayor1a de las medidas. Entre algunos de los aspectos que resalt3 estaba c3mo las diferencias socioecon3micas se traduc1an en diferencias en los barrios en materia de salud mental, y ante la necesidad de abordar los retos que se plantean, surgi3 la idea de poner en marcha un plan de salud mental transversal para evitar aquellos riesgos que produc1an malestar emocional y que pod1an crear un problema m1s grave, concret1ndose en ocho medidas en torno a las cuales impulsar la promoci3n de la salud mental.

Las periodistas especialistas en temas sanitarios fueron las encargadas de abrir el debate. **Milagros P3rez**, de *El Pa1s*, afirm3 que no somos a1n conscientes de la dimensi3n que suponen los cambios sociales. A1adi3 que se est1 observando un incremento de toda una serie de trastornos mentales que probablemente no tienen una alteraci3n biol3gica de base y que carecen de una adecuada definici3n. Tambi3n se1al3 que es necesario reflexionar sobre el tipo de sociedad en la que vivimos para luego ver cu1les son las disfunciones mentales que 3sta presenta, se1alando como uno de los indicadores el incremento de la prescripci3n de ansiol1ticos y antidepresivos en poblaci3n adolescente. La periodista de *El Pa1s* describi3 c3mo nos estamos dirigiendo hacia un mundo en el que prima el individualismo exacerbado combinado con una competitividad extrema. As1, tras una primera etapa en la que los problemas t3xicos defin1an las enfermedades, ahora nos encaminamos a una sociedad donde el

Con la colaboraci3n:

problema serán los trastornos. Por su parte, **Àngels Gallardo**, de *El Periódico*, empezó incidiendo en la nebulosa frontera entre enfermedad mental y malestar psicológico. Se interesó por saber cuántos del 25% de los jóvenes entre 13 y 19 años con problemas relacionados con el sufrimiento psicológico estaban recibiendo algún tipo de tratamiento farmacológico. Quiso saber la opinión de los expertos sobre la tendencia cada vez mayor a convertir en diagnósticos muchos de estos sufrimientos, como las adicciones a los móviles, la televisión o las nuevas tecnologías, preguntándose si antes de tratar estos trastornos no sería más adecuado indagar en las causas que los generan. **Ana MacPherson**, de *La Vanguardia* preguntó si verdaderamente era una responsabilidad clínica atender todos los malestares mentales, apuntando cómo muchas veces las recetas de los médicos han suplido otras carencias. Así, incidió en la necesidad de definir el papel del mundo sanitario, y que quizás sería interesante que el Ayuntamiento o los servicios sociales incrementaran su labor, viendo cómo muchas veces la psiquiatría estaba atendiendo cosas que no eran de su labor.

**Gema Revuelta**, directora del Centro de Estudios de Ciencia, Comunicación y Sociedad de la UPF, insistió en la importancia de no solo preocuparse por investigar y estudiar las enfermedades, sino que igual o más importante son las acciones de promoción de hábitos saludables, la prevención de las situaciones desencadenantes (las cuales requieren muchas veces cambios culturales) y actuaciones sociales. El hecho de que el Informe Quiral se centrara en salud mental y no en enfermedad mental refleja precisamente esa importancia de la comunicación en promoción de la salud y la prevención de la enfermedad. **Montserrat Viladomiu**, especialista en medicina de familia, señaló cómo el hecho de vivir en una sociedad muy individualista y competitiva genera un nivel de estrés que ha hecho que se incrementen mucho las adicciones. También quiso poner de relieve el problema creciente de agresiones a los profesionales de la salud, un factor más de estrés que sufre el profesional y que puede desembocar en un trastorno mental. El profesional sanitario actualmente se siente desamparado por las instituciones. **Imma**

## La salud mental debe ser considerada una prioridad absoluta, siendo el ámbito local donde deben concretarse la mayoría de las medidas

**Clarà**, profesional del CAP Centre de Sabadell, expuso la importancia de definir correctamente los trastornos mentales y que estos no siempre tienen por qué suponer una peor salud mental. También dijo que existen patologías que deberían ser redefinidas y se preguntaba si detrás de ello no habría intereses comerciales o económicos para una medicalización de la vida. Apuntó que sí empieza a verse cada vez más la adicción a las nuevas tecnologías entre la población más joven y señaló que quizás el problema es que se habían dejado de poner normas en el marco de una sociedad cambiante. **Clara Blumenfeld**, comunicadora científica de Argentina, señaló el riesgo que entraña un discurso que cada vez prolifera más en negar algunos trastornos mentales. **Nuria Terribas**, directora de la Fundación Grifols, reincidió de nuevo en el problema de medicalizar diversas situaciones de la vida cotidiana. En palabras de la experta en bioética, se ha producido un cambio social que ha generado afectaciones en la capacidad de las personas para superar las dificultades que se encuentran en diferentes contextos de la vida. También quiso destacar el impacto del cambio social en el sector infantil y juvenil, que se ha visto afectado por estos últimos años de crisis en muchos sentidos, con lo que los efectos se verán en un futuro próximo. **Marta Vallvé**, trabajadora social del Parc de Salut Mar, resaltó que muchos servicios se encuentran hoy en día desbordados por los casos de enfermedades mentales y por la necesidad de trabajar desde la sanidad para hacer planes de salud. Sobre esto señaló como uno de los grandes problemas la desaparición del estado de bienestar y el empeño de continuar viviendo como si este siguiera existiendo. **Antoni Calvo**, de la Fundación Galatea del Colegio de Médicos de Barcelona, resaltó que vivimos en un entorno muy tensionado, que exige una gran competitividad y productividad, y señaló la tendencia que existe en intentar solucionar todos los problemas a través de la psicofarmacología, que ofrece resultados muy rápidamente pero de la que quizás se esté abusando. También apuntó que cuando se habla de población adolescente muchas veces se obvia que viven en un entorno. Aunque sea una población de riesgo, no se tiene en cuenta que los adultos de su alrededor pueden ayudar a que estos problemas no se produzcan.



En respuesta a las intervenciones, **Adolf Tobeña** quiso aclarar que un malestar psicológico no tiene por qué ser un problema de salud en absoluto. De hecho, a pesar de ello un gran porcentaje de la población considera que es feliz. Tobeña fue crítico con los planes de salud mental. En su opinión, lo más importante es saber definir problemas y aplicarles medidas concretas. También apuntó que algunos problemas sociales pueden acabar derivando en patologías mentales y entonces es cuando es necesario intervenir. Pero que, a pesar de todo, el 90% de los infantes y adolescentes acaban siendo jóvenes felices y adaptados, y en la población adulta también se dan altos niveles de felicidad.

**Pilar Solanes** señaló que muchas veces se busca en el sistema sanitario respuestas que no le corresponden y que este se ha de limitar a mejorar las enfermedades y ayudar en los factores de riesgo. De esta forma apuntó cómo la Atención Primaria se está viendo obligada a hacer frente a problemas derivados de situaciones como la de los parados de larga duración que pueden acabar con trastornos mentales. El sistema sanitario está intentando reaccionar a este nuevo panorama con herramientas como la salud comunitaria o la prescripción social. En respuesta a Tobeña, aclaró que es necesario consensuar un plan puesto que, a partir del diagnóstico de la situación y teniendo en cuenta los agentes que intervienen y los recursos que disponen, se articula y marca una guía de actuación: no es una finalidad sino un medio, con medidas concretas que ayuden a afrontar problemas medibles.

## conclusiones

El vertiginoso cambio que ha experimentado la sociedad en los últimos años ha incrementado el nivel de estrés, de frustración y de malestar emocional de la población, actuando como detonante en el incremento de los trastornos de salud mental.

La crisis económica, la precariedad laboral, la senilidad alargada, el incremento de la soledad, las familias monoparentales al alza, la marginalidad humana, el maltrato infantil y de ancianos, la violencia de género y en ámbitos escolares, las adicciones, el déficit crónico de horas de sueño y el creciente individualismo son, entre otros, factores de riesgo para el sufrimiento psicológico y ponen a prueba la capacidad de las personas para superar dificultades del día a día. Todo ello genera hiperfrecuentación sanitaria y una mayor prescripción de psicofármacos que llevan a medicalizar aspectos de la vida y a etiquetarlos como trastornos mentales o desadaptativos.

Vivimos en un mundo que combina una altísima desregulación y desprotección de la sociedad. Muchas de las protecciones sociales que teníamos (sistema de pensiones, sistema de desempleo, leyes de protección laboral, sistemas de bienestar social) están en peligro y se están viniendo abajo.

La salud mental, entendida como bienestar emocional, necesita recursos para ayudar a mejorar la calidad de vida de las personas vulnerables. Es necesario disponer de un buen sistema de salud que permita la prevención, la detección precoz y la buena atención

de los usuarios. Para ello es fundamental diagnosticar y tratar con efectividad las patologías mentales mediante un abordaje multidisciplinar en el campo médico, neuropsiquiátrico y psicológico.

Estamos pasando de la sociedad disciplinaria y del bienestar social a la sociedad del individualismo, del rendimiento y de la productividad que favorecen el estrés, la depresión, la angustia, la agorafobia, la incapacidad de comunicarse, es decir, la toxicidad mental. Todo ello genera un gran sufrimiento que se vuelca en el sistema sanitario, que ya no es capaz de afrontar bien la enfermedad mental básica y ahora debe asumir los trastornos mentales provocados por el malestar social.

Es necesario dar mayor visibilidad a la salud mental, más información, más recursos y crear más infraestructuras

que permitan la integración de las personas afectadas y que faciliten su autonomía y su reinserción social. Es crucial proteger los derechos y fomentar el trato humano de los enfermos mentales, evitando el lenguaje estigmatizante y el uso de etiquetas que generan discriminación.

Preocupa los estudios que evidencian que la percepción de mala salud de los profesionales sanitarios es superior a la de la población general. No debemos olvidar que también son personas con una vida, una familia y problemas personales y que, además, trabajan en un entorno tensionado. Por ello necesitan muy buenos recursos personales que les permitan sobrellevar la situación así como más recursos sanitarios y sociales que ayuden a las personas a desarrollar la capacidad de afrontar los contratiempos y crear una vida propia plena, evitando así patologizar la vida.

**El Proyecto Quiral es fruto de la colaboración entre la Fundación Vila Casas y el Centro de Estudios de Ciencia, Comunicación y Sociedad, de la Universidad Pompeu Fabra.**

**Ponentes:**

Adolf Tobeña Pallarès, catedrático de Psiquiatría de la Universitat Autònoma de Barcelona  
Pilar Solanes Salse, directora del Departament de Salut del Ajuntament de Barcelona

**Fundació Vila Casas:**

Antonio Vila Casas  
Miquel Vilardell Tarrés  
Montse Viladomiu  
M. José Alcoriza

**CECCS-UPF:**

Gema Revuelta de la Poza  
Vladimir de Semir  
Miguel Ramudo

**Periodistas:**

Àngels Gallardo (*El Periódico de Catalunya*)  
Milagros Pérez Oliva (*El País*)  
Ana Macpherson (*La Vanguardia*)

**Coordinación:**

M. José Alcoriza  
(Debate celebrado en Barcelona el 14 de marzo de 2018)

**Opinión Quiral.** Con la voluntad de profundizar en el tema tratado en el Informe Quiral, la Fundación Vila Casas organiza dos veces al año y con temas distintos un debate abierto en el que representantes del mundo sanitario, periodistas y público en general intercambian

opiniones y extraen conclusiones. Con ello, la Fundación Vila Casas pretende contribuir a la formación de buenos criterios sanitarios que redunden en beneficio de la sociedad. Con estas conclusiones la Fundación Vila Casas edita la **Opinión Quiral**.

**FUNDACIÓ  
VILA CASAS**

[www.fundaciovilacasas.com](http://www.fundaciovilacasas.com)

**ESPAI  
VolART  
BARCELONA**

**Espais Volart**

Ausiàs Marc, 20-22  
08010 Barcelona  
+34 93 481 79 85  
[volart@fundaciovilacasas.com](mailto:volart@fundaciovilacasas.com)

**CAN  
FRAMIS  
BARCELONA**

**Museu Can Framis**

Roc Boronat, 116-126  
08018 Barcelona  
+34 93 320 87 36  
[canframis@fundaciovilacasas.com](mailto:canframis@fundaciovilacasas.com)

**CAN  
MARIO  
PALAFRUGELL**

**Museu Can Mario**

Plaça Can Mario, 7  
17200 Palafrugell (Girona)  
+34 972 306 246  
[canmario@fundaciovilacasas.com](mailto:canmario@fundaciovilacasas.com)

**PALAU  
SOLTERRA  
TORROELLA**

**Museu Palau Solterra**

Església, 10  
17257 Torroella de Montgrí (Girona)  
+34 972 761 976  
[palausolterra@fundaciovilacasas.com](mailto:palausolterra@fundaciovilacasas.com)

Próximo coloquio abierto **Opinión Quiral:**

Fecha: a determinar

Más información: [www.fundaciovilacasas.com](http://www.fundaciovilacasas.com)

Hora: 10h a 12h

Lugar: Ausiàs Marc, 22 Pl. baja

Aforo limitado

Tel. 93 481 79 80

Año 2018 Número 38.2

Publica: Fundació Vila Casas  
Centro de Estudios de Ciencia, Comunicación y Sociedad  
(CECCS, UPF)

© Fundació Vila Casas, 2018

Edición: Rubes Editorial  
Diseño gráfico: [www.anaclapes.com](http://www.anaclapes.com)

ISSN: 2013-486X  
Depósito legal: B-7834-2009