

Salud mental de la población de Granada



DEPRESIÓN

La depresión figura como el trastorno más común en los pacientes que acuden a las unidades de psiquiatría y salud mental de los hospitales granadinos

Los trastornos mentales alcanzan ya al 6% de la población de Granada

SUSANA VALLEJO

■ GRANADA. Los trastornos mentales son una patología al alza en los últimos años, sobre todo por el aumento de enfermedades como la ansiedad y la depresión, más típicas de la sociedad actual que patologías como la esquizofrenia. Tal es así que, aproximadamente, el seis por ciento de los habitantes de la provincia presenta alguna patología relacionada con la salud mental.

“Las enfermedades mentales han aumentado mucho en los últimos años ya que hay una menor tolerancia del ser humano ante las frustraciones. Por ejemplo, antes la gente afrontaba un duelo sola y ahora hay muchos que no pueden y necesitan ayuda. Además, la complejidad de la vida actual también hace que aumenten estas enfermedades”, explicó Adrián Argente del Castillo, jefe de Psiquiatría del Hospital Clínico.

Para su tratamiento, que varía en función de la enfermedad y el grado de intensidad en el que se presente, existen dos servicios de referencia en el Hospital Virgen de

PREVALENCIA

La ansiedad y la depresión han propiciado el aumento de pacientes en las unidades de salud mental de Granada

las Nieves y en el Hospital Clínico que dan cobertura a toda la provincia a través de la asistencia médica y psiquiátrica.

Concretamente, desde el Clínico se da cobertura con este servicio a una población de referencia de unos 400.000 habitantes mediante sus cuatro unidades: la Unidad de Rehabilitación de Área, la Comunidad Terapéutica, la Unidad de Hospitalización de Agudos y los Equipos de Salud Mental de los centros de salud. Unidades que atienden las patologías mentales en función del momento de la enfermedad que presente cada paciente.

Todos los enfermos entran en las unidades de Salud Mental a través de la Atención Primaria ya que la asistencia hospitalaria es de segundo nivel. “El paciente va a su médico de familia, que tras evaluarlo puede tratarlo directamente o derivarlo a los equipos de salud mental que existen en los centros de salud situados en el Zaidín, Loja, Órgiva y Motril. Después,



COORDINADOR. El jefe de Psiquiatría del Clínico, Adrián Argente.

► PATOLOGÍAS

TRASTORNOS POR ANSIEDAD Angustias y fobias

Los más comunes son los trastornos por ansiedad, depresión y somatizaciones. Los trastornos por ansiedad son, entre otros, la angustia, las fobias y el estrés. Se producen cuando hay una reacción de tensión sin causa aparente. Las somatizaciones son expresiones en forma de síntomas físicos, principalmente dolor, de un malestar psicológico.

TRASTORNOS PSICÓTICOS Esquizofrenia

Los trastornos psicóticos se producen cuando hay una pérdida de contacto con la realidad muy llamativa. Los síntomas habituales son los delirios (pensamientos ilógicos y sin base real) y las alucinaciones. Los trastornos más comunes son la esquizofrenia y las psicosis.

TRASTORNOS DE PERSONALIDAD Inadaptados

Estos trastornos se producen cuando hay unos patrones de percepción, reacción y relación que son relativamente fijos, inflexibles y socialmente desadaptados. Los enfermos no son conscientes de que su comportamiento es inapropiado.

desde aquí los pueden volver a remitir a Atención Primaria o mandarlos al hospital para entrar en alguna de las unidades disponibles porque necesitan atención continuada”, explicó Argente.

El Clínico cuenta con un servicio de referencia con el que trabajan los dos hospitales de la capital y es la Unidad de Rehabilitación de Área, URA, a la que van los pacientes “que necesitan ser rehabilitados. Es decir, que necesitan adquirir o recuperar habilidades que han perdido en la enfermedad de carácter psicótico. Son enfermos compensados clínicamente”, matizó Argente. Esta unidad se encuentra en el Camino Bajo de Huétor.

Según el jefe de Psiquiatría del Clínico, “las patologías más comunes son los trastornos producidos por la ansiedad, la depresión y las somatizaciones”. Después, se sitúan los trastornos psicóticos como la esquizofrenia, la psicosis afectiva y otras psicosis. Por último, se encuentran los trastornos de personalidad. “Aunque las más comunes son las derivadas de la ansiedad y la depresión, los trastornos psicóticos son los más relevantes por ser más graves, ya que el paciente distorsiona la realidad y se descompensa”, dijo el psiquiatra, quien afirmó que en Granada el uno por ciento de la población tiene esquizofrenia, una cifra que está dentro de la ratio del mundo occidental.

Otra de las unidades de las que dispone el Clínico es una Comunidad Terapéutica, situada en Alfácar. “A ella acuden los pacientes que necesitan hospitalización prolongada para recibir un tratamiento intensivo” aunque, además de la zona de internamiento dispone de un centro de día donde acuden pacientes para hacer un seguimiento de la enfermedad.

En el propio hospital se sitúa la Unidad de Agudos, una zona de encamación a la que acuden los enfermos que están descompensados y necesitan de un ingreso. Los casos más extremos.

También desde el Clínico se gestionan los equipos de salud mental existentes en algunos centros de salud. Hay un equipo en el Centro Periférico de Especialidades del Zaidín, que tiene a su cargo a los habitantes de Granada y parte del Área Metropolitana; en Loja, que cubre el suroeste de la provincia; en Motril, que da cobertura a la Costa, y la zona Sur y en Órgiva, que atien-



de a la población de la Alpujarra. “En estas unidades se hace un seguimiento asistencial al paciente compensado que necesita atención psicológica, médica y psiquiátrica. Son pacientes que controlan la enfermedad pero que necesitan acudir a revisiones periódicas”, manifestó Argente.

Todas las unidades que conforman el servicio de Salud Mental y Psiquiatría del Clínico disponen de equipos multidisciplinares con médicos, enfermeros, psi-

CAUSAS

“Las enfermedades mentales han aumentado por la menor tolerancia del ser humano a las frustraciones”

quiátras, psicólogos, administrativos, monitores y trabajadores sociales o terapeutas ocupacionales en función del servicio.

Sólo en los equipos de salud mental de Zaidín y Loja se realizaron el año pasado 27.794 consultas, tanto de primeras citas como de revisiones, lo que no se traduce en pacientes atendidos “ya que un mismo enfermo puede pasar seis veces al año por este servicio”. A eso se le suman las 7.000 consultas pasadas en el equipo de Motril y las más de 2.000 de Órgiva.

UNIDADES A MEDIDA

El Clínico pone a disposición de los pacientes varias unidades de tratamiento en función de la patología y la gravedad

TALLERES DE HABILIDAD

Los pacientes que acuden a las unidades de salud mental participan en talleres para recuperar la habilidades afectadas



TERAPIA. Jóvenes acuden a talleres en la unidad de Salud Mental de un hospital andaluz.

► IMPRESIONES DE DOS PACIENTES DE SALUD MENTAL

Para mí, es un segundo hogar. Aquí no hay diferencias ni discriminación ninguna, todos somos iguales siendo esta casa una caja de sorpresas, pero todas buenas. No sé si se me entiende y es muy sencillo: A veces venimos preocupados por los avatares de la vida creyendo que la respuesta va a ser dura y contundente, encontrándonos el cielo abierto al comprendernos. Quitando leña al fuego.

Aquí existen derechos y deberes en esta escuela de la cultura embutida en el marco de la ciencia. Unos llevamos más tiempo atendiendo a esta convocatoria popular y social. Y la impresión suele ser casi la misma siempre. El que viene, como se dice hablando en cocina, repite, que quiere decir que el trato y los medios de funcionamiento hacen que los asistidos se encuentren cada vez mejor.

Esto es una terapia activa de reciclaje y mantenimiento que es básica en la recuperación mental. A veces estamos muy mal creyéndonos en el mejor de los estados, pudiéndose no tanto y viceversa, pero la verdad que los resultados de alivio y descarga emocional son muy rápidos ya que el secreto de estos éxitos se basa, pensamos, en la variedad de titulaciones del personal, un conjunto que se multiplican en resultados favorables.

Aquí nadie va a quedarse toda la vida y antes y después llega el alta al ir mejorando día a día, dando avances grandísimos que enseguida se premian. Desde esta clínica también tenemos oportunidad de descargar los problemas. El contacto con la familia es importante ya que nos encontramos con profesionales muy preparados indicando a los distintos grupos las mejoras que realizamos; para nada las exigencias, digámoslo así, son fáciles, esto no es un gueto, estando abiertos cara al público.

Afortunadamente este sector de la salud ha cambiado y mejorado mucho y los éxitos son así de buenos uno detrás de otros.

Desde la URA, muchas gracias.

La Unidad de Rehabilitación de área, URA, es el lugar, a parte del familiar, en el que encontramos cobijo, comprensión, cariño y ayuda para sobrellevar la enfermedad, a parte del apoyo también importante que tenemos por los profesionales de esta Unidad para superar todos los obstáculos del día a día, relación familiar, etc.

Personalmente y como enfermo de la URA reconozco que sin la existencia y el apoyo que encuentro en este centro, mi vida no tendría sentido pues aquí me hacen sentir querido e importante tanto o más que en el medio familiar.

La URA, valga la redundancia me es muy útil. Día a día me doy cuenta de mis progresos y con la ayuda que aquí encuentro me siento seguro para combatir mi enfermedad y sobrellevarla.

Desde que voy a la URA se han producido cambios en mi vida. Por ejemplo, he dejado de fumar, controlo mi peso, tomo a diario mi medicación y acudo a un gimnasio y me encuentro más lúcido y más activo.

► VALORACIÓN SOCIAL

Eliminar los prejuicios de la enfermedad

En las unidades de Psiquiatría y Salud Mental se trabaja por normalizar la vida de los pacientes con trastornos mentales y su aceptación social para eliminar los prejuicios que históricamente han arrastrado. Para ello, y para mejorar la atención que reciben, en 2005 se celebra el Año de la Salud Mental. "La percepción va cambiando y se va siendo más comprensivo con los enfermos que, según el tipo de psicosis, su evolución y personalidad previa, alcanzan resultados significativos tanto en el campo social como en el laboral, por lo que hay esperanza", dijo el jefe de Psiquiatría del Clínico. Así, siguiendo un tratamiento y estando controlados médicamente, los enfermos pueden hacer una vida normal e integrada. En cuestión de recursos e infraestructuras, la provincia contará antes de fin de año con un nuevo hospital de día en Motril, que reforzará la calidad asistencial.

EL REPORTAJE S. Vallejo

■ GRANADA. Uno de los objetivos que tiene el Hospital Clínico en su servicio de Psiquiatría es ayudar a los pacientes a que consigan una normalización social de forma que recuperen las conductas olvidadas y vuelvan a integrarse en la vida rutinaria. Para ello existe toda una planificación en la Unidad de Rehabilitación de Área, URA, consistente en terapias y actividades que consiguen la reinserción social de los pacientes que presentan algún trastorno mental.

La URA tiene una amplia cartera de servicios centrados en la evaluación de pacientes mentales crónicos mediante procedimientos basados en las necesidades asistenciales, clínicas y sociales y las intervenciones de rehabilitación psicossocial. En este último grupo de servicios se enmarcan la psicoterapia grupal, la rehabilitación social, cognitiva y ocupacional, la recuperación de la autonomía personal, la promoción de la salud y la intervención familiar.

Una de las terapias más llamativas es la consistente en realizar visitas culturales concertadas. Así,

grupos de pacientes han visitado la Alhambra, el museo Picasso de Málaga y una fábrica de pan en Guadix. "Es de agradecer también que en la mayoría de las ocasiones seamos invitados por las instituciones, conscientes del beneficio que para la rehabilitación de los pacientes supone la convivencia con más personas para una determinada actividad", explicó Adrián Argente del Castillo, jefe de Psiquiatría del Clínico, quien alabó estas técnicas de socialización "ya que se consigue la normalización del paciente que sale a la calle, se relaciona y sigue una serie de normas". Las salidas se realizan todos los miércoles. La última ha sido al Parque de Bomberos de la capital. También, un grupo de siete pacientes ha estado un tiempo de vacaciones en Torremolinos.

En varias sesiones semanales se hacen también terapias para mejorar los déficit comunicativos, reforzar la capacidad de escucha y de atención y facilitar la organización del tiempo libre.

Otro grupo de talleres son los basados en la orientación social mediante la creación de debates para estimular las opiniones acerca de la realidad social, política y

cultural; la participación en un taller de lectura y otro lúdico, entre otros.

Además de la integración, los profesionales trabajan con estos enfermos para que recuperen las habilidades perdidas por la enfermedad, por lo que realizan estimulaciones cognitivas varias veces a la semana en función del grado de la enfermedad llegando a

*Los pacientes de la
Unidad de Rehabilitación
participan en talleres
para recuperar las
habilidades perdidas*

trabajar también con las habilidades de lectura y escritura.

Respecto a la autonomía personal, los enfermos de la URA del Clínico disponen de un taller de cocina una vez a la semana con el objetivo de adquirir habilidades domésticas que faciliten el nivel de autonomía de los pacientes, que aprenden así a colaborar en tareas familiares. En este taller aprenden

conceptos de alimentación y nutrición, normas de comportamiento en la mesa y preparan menús. Se realiza los viernes durante tres o cuatro horas. Los pacientes escriben los menús y cada uno elabora un plato a su elección cuidando siempre la higiene. Después se degusta el menú por parte de los integrantes del taller y algunos compañeros.

Talleres de higiene personal, jardinería, música, relajación, gimnasia y control de peso son otras de las actividades programadas para los pacientes de la URA. De hecho, ellos mismos realizan los contenidos de una revista con periodicidad trimestral llama *Las Pirámides* en la que plasman relatos, entrevistas, escritos de humor y reflexiones. Revista diseñada por el taller Faisem de Granada.

Además de tratar a los pacientes, la URA dispone de un espacio de intervención familiar en el que se realizan grupos de psicoeducación de familias para darles información sobre la enfermedad psicótica para que sepan actuar ante una situación problemática y acepten la enfermedad. Tienen también un grupo de apoyo para disminuir la carga familiar.