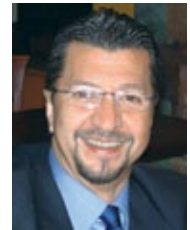


Problemas de salud mental

Alfonso A. Madrid Guzmán, MD

Psiquiatra
Ex presidente de la Facultad del Hospital San Juan Capestrano
Miembro de la Junta de NAMI



Los problemas de salud mental se diagnostican cada día con mayor frecuencia en el mundo entero.

Visión controversial de la psiquiatría

A través de la historia, la psiquiatría, como especialidad médica, ha sido tema de muchas controversias. En términos generales, el ser humano le ha temido y le teme a todo lo relacionado con la salud mental por su vínculo con la locura: nada más equivocado. Es completamente natural que todos queramos tener control de nuestras propias emociones y de nuestra conducta. Pero lamentablemente la sociedad –incluso las ramas de la medicina y hasta la propia familia– suele estigmatizar a alguien a quien se le diagnostica una enfermedad mental. Algo por lo que los psiquiatras y las especialidades aliadas a la psiquiatría luchan constantemente es para que sea vean los problemas de salud mental o psiquiátricos como cualquier otra enfermedad.

Diagnóstico y determinación de causas

Los problemas psiquiátricos no son inventos de las personas y así, hoy en día, existe base científica que demuestra que muchas de las condiciones de salud mental tienen origen y predisposición genética o hereditaria. Muchos problemas se pueden determinar o probar inclusive con exámenes médicos de alta tecnología, como por ejemplo MRI (resonancia magnética) o SPECT. Obviamente, el medio ambiente social, laboral y familiar puede influenciar en el desarrollo de algunos problemas mentales, tales como la depresión, la ansiedad generalizada, las obsesiones, el comportamiento compulsivo, los ataques de pánico o las fobias.

Opciones terapéuticas

Hoy en día, un aspecto positivo dentro de la psiquiatría es que se cuenta con un sin número de medicamentos y alternativas nuevas, por ejemplo, para la esquizofrenia, la depresión, el trastorno bipolar, entre otros, lo cual le permite a un paciente volver a ser funcional y productivo y, en muchos casos, reincorporarse a la sociedad. Actualmente, para estos pacientes hay muchas más esperanzas que las que había hace 20 años.

Desarrollo y evolución continuos

En el futuro inmediato, la neuropsiquiatría contará con nuevas alternativas terapéuticas, con menos efectos secundarios y con mayor tecnología. Son muchas veces problemas tratables, tal como ocurre con la hipertensión o con la diabetes. Pero se requiere trabajar en equipo y, en algunos casos, con psicólogos, trabajadores sociales, consejeros en adicción y, algo muy importante, incidiendo en la educación y en la prevención en edades tempranas, en niños y en adolescentes.

Por eso, es una tragedia y el peor de los escenarios cuando un paciente se suicida. Esto, además, genera un dolor y una carga emocional para los que quedan, sean familiares, amigos e, incluso, sus médicos.

Hospitalización y temores infundados

Cuando se recomienda hospitalizar a una persona en una institución psiquiátrica, se genera –tanto en el paciente como en la familia– temor de entrar en un mundo desconocido. Existen desconocimiento e ideas erróneas por información o imágenes que tal vez se han

podido observar en el cine, la televisión o en los medios de prensa. A nivel local, en específico, se cuenta con muy buenas instituciones, con psiquiatras y equipos de trabajo preparados y que tienen la sensibilidad para saber lo que es el dolor del paciente y de su familia.

Obviamente, siempre hay camino por recorrer para romper el estigma que se suele poner a alguien que haya sido diagnosticado con una condición psiquiátrica.


Importancia de la prevención

Parte de la labor que hoy en día han empezado a realizar muchos colegas e instituciones es el trabajo de educación a la comunidad para, de esa manera, hacer una psiquiatría preventiva. Esto ofrece grandes ventajas y evita una intervención crítica cuando muchas veces el diagnóstico es tardío.

Por eso es importante que los medios de comunicación, los propios pacientes y sus familias puedan ayudar a llevar un mensaje positivo y de esa manera poder evitar el estigma que se crea alrededor de los problemas de salud mental.

Es importante que se entienda que todos podemos estar expuestos, en algún momento de nuestras vidas, a padecer de un problema de salud mental.

Comentario

Las enfermedades mentales no son necesariamente un invento de nuestras mentes como a veces se puede creer. Pueden tener un componente neurofisiológico, hereditario o inclusive ser ocasionadas por medicamentos, elementos químicos o físicos. Nunca es tarde para buscar ayuda y menos para perder la esperanza. 

EL FUTURO DOCTOR

Medicina para el alma

Jorge Gabriel Rosado González

Universidad de Puerto Rico
Escuela de Medicina - MSIII
Recinto de Ciencias Médicas

La enfermedad, la soledad y el dolor físico y psicológico son situaciones de debilidad que experimenta el ser humano, pero a la vez, son circunstancias de las que tenemos la gran oportunidad de salir fortalecidos y renovados.

Un año y medio atrás, decidí ser parte del grupo de los débiles que luchan por fortalecerse y me uní a la gran familia de “Iniciativa Comunitaria” y “Recinto Pa La Calle”. En ellos y su misión encontré propósito y le di sentido a las largas horas de estudio e innumerables tazas de café.

En el encuentro con nuestros hermanos que viven en nuestras calles y en Haití, experimentamos los momentos hermosos de comunión, donde ocurre un intercambio de experiencias que renuevan el alma.

He tenido la oportunidad de experimentar esto varias veces en las diversas “Rondas Nocturnas”, “Jangueos de amor” y “Misión Haití”, con un grupo inmenso de misioneros en el amor, con un corazón de igual tamaño, entregados a ayudar a nuestros hermanos que viven en las calles de Puerto Rico y Haití y que necesitan, más allá de un pedazo de pan, de un café calentito o de una frisa o abrigo para la noche, un buen “conversao” que caliente el alma.

En el rostro de un niño huérfano en Haití pude ver dolor, lágrimas de injusticia y una sonrisa de agradecimiento al llegar a nuestro encuentro. Y es que soy fiel creyente en que con un medicamento podemos aliviar dolores físicos, pero con el amor podemos sanar el alma. 