

Diario de Teruel	Tirada:	4.675	Sección:	-	
	Difusión:	4.250	Espacio (Cm_2):	375	
Aragón Diaria	Audiencia:	13.000	Ocupación (%):	40%	Imagen: No
		12/09/2014	Valor (€):	603,74	
			Valor Pág. (€):	1.502,00	
			Página:	44	

Un estudio constata que la atención primaria reduce el abuso de psicofármacos

Contribuye de forma más eficiente a la resolución de trastornos relacionados con la ansiedad y el estrés

EFE
Valencia

La atención psicológica en los servicios sanitarios de atención primaria reduce el consumo de tranquilizantes y contribuye de forma más eficiente a la resolución de trastornos relacionados con la ansiedad y el estrés, según se desprende del primer ensayo clínico realizado en España sobre esta materia.

Las primeras conclusiones de este ensayo, en el que participan más de un centenar de profesionales sanitarios (80 de ellos médicos) de cinco comunidades autónomas y 300 pacientes, se presentaron ayer en el marco del décimo congreso internacional de la Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés (SEAS).

Según advirtió el presidente del congreso y de la SEAS, Antonio Cano, España es el segundo país de la OCDE en consumo de

tranquilizantes, solo superado por Portugal: "Hemos sobrepasado con mucho el máximo al que deberíamos atender, que son veinticuatro dosis diarias por mil habitantes. En 2010 ya estábamos en 59".

Cano insistió en que "la presencia del psicólogo en la atención primaria prácticamente no existe en España", y por ello quieren demostrar a las autoridades

que este tipo de atención "es más eficiente" y no por ello más cara.

En este mismo sentido, la vicepresidenta de SEAS y organizadora del congreso, Itziar Iruarizaga, también reivindicó la importancia de la asistencia psicológica en los servicios de endocrinología, porque "en el país de la dieta mediterránea" existe "un severo problema con el sobrepeso y la obesidad", trastornos que, según explica, también están relacionados en muchos casos con desórdenes emocionales.

"Vivimos en una sociedad cada vez con más posibilidades. Tenemos cubiertas nuestras necesidades básicas, pero cada vez hacemos más cosas, tenemos que acelerarnos para hacerlo todo más deprisa y ese proceso genera estrés y ansiedad", según Cano.

Según advirtió, "nuestro cuerpo no es una máquina perfecta, podemos activarnos para rendir más, pero a la larga necesi-

tamos desactivarnos y si eso no se produce aparecen los problemas físicos y mentales".

Esos problemas se tratan en atención primaria "básicamente con psicofármacos, pero eso solo combate los síntomas", alertó. Por ello ve necesario que el paciente esté informado "sobre emociones y desórdenes, cómo se generan, cómo pueden ser reversibles. Requiere entrenamiento en habilidades, ensayar y repetir conductas para que al final se convierten en hábitos".

A juicio de este experto y en virtud de los resultados del ensayo clínico sobre la materia, "con este tratamiento casi todos los problemas emocionales se resuelven sin necesidad de psicofármacos".

Por su parte, Iruarizaga relacionó ciertos trastornos emocionales como causa, y en ocasiones también consecuencia, del sobrepeso y la obesidad. "De cada diez niños españoles uno es obeso y otros dos tienen sobrepeso. Hemos equiparado las tasas estadounidenses en infantes y esto redundará en importantes trastornos relacionados con la obesidad", añadió.

Esta profesora, que reivindica una mayor presencia de psicólogos en los servicios de endocrinología, cree que las causas del sobrepeso en niños se deben tanto a factores económicos como a control de impulsos, si bien advierte a los padres sobre la relación del refuerzo positivo con la ingesta de determinados alimentos.

• • • España es el segundo país de la OCDE en consumo de tranquilizantes, solo superado por Portugal ...