

SALUD MENTAL

Los fármacos desafían a la psicoterapia



Es debido a la demanda de resultados inmediatos, al alto costo del psicoanálisis y a dar medicamentos en situaciones naturales

La generación Prozac ya ha desbancado a los epígonos de Freud. Los psicofármacos les ganan la partida a las terapias clásicas y, pese a que algunos profesionales subrayan que la crisis propicia las consultas, el diván del psicoanálisis queda vacante por el consumo -a veces abusivo- de pastillas.

Píldoras para combatir el estrés, la ansiedad o los trastornos del sueño circulan de mano en mano, prescritas por el médico, cuando no recomendadas por algún conocido. Hablamos de trastornos leves y moderados, no de patologías severas; de un paso más en la "medicalización" de situaciones cotidianas, fenómeno que alertó la prestigiosa revista científica *British Medical Journal*, entre otras voces autorizadas.

El psicoanálisis en el sentido clásico -tres sesiones a la semana durante un número indeterminado de años- pierde terreno, sobre todo en los Estados Unidos, según datos de la revista *Archives of General Psychiatry*. Las terapias de diván representan hoy en ese país el 29% del total de la atención psicológica, frente al 44% que suponían hace diez años.

Su elevado coste hace de ellas un bien de lujo reservado a una elite. "La económica es una barrera, es cierto. Es injusto que no pueda acceder más gente a estos tratamientos", reconoce la psicoanalista Victoria Queipo, quien, no obstante, subraya que "en época de crisis aumentan las consultas. Una mala racha económica es un disparador de trastornos psicológicos".

El tiempo necesario para que la terapia surja efecto -cuestión de meses, como mínimo- echa también a los pacientes del diván. "Prima la inmediatez, la urgencia de los sujetos por desterrar los conflictos y superar rápidamente todo aquello que les aflige", añade Queipo.

Si en la atención privada hay que pagar precios que pueden ser prohibitivos en época de crisis y la pública es deficitaria, resulta más comprensible la opción farmacológica. "Vivimos en una época en que prima la eficacia. Hay poca tolerancia a los reveses, al conflicto y al dolor. Por eso recurrimos a la pastilla, aunque sea una solución momentánea, un dopaje", explica Queipo.

Todos prescriben

Los ansiolíticos y los antidepresivos son recetados por médicos de atención primaria, neurólogos, psiquiatras o geriatras, entre otros especialistas, pues los psicólogos, como en muchos países, no pueden prescribir fármacos.

A favor del consumo de pastillas juega "una variabilidad farmacológica tremenda", así como la banalización de su uso y del riesgo de adicción que implican, según Vicente Prieto Cabra, vocal del Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid. "Hay tendencia a consumir el fármaco ante el mínimo síntoma y también a la automedicación. El uso de psicofármacos ya está incorporado en la normalidad y, ya que en la farmacia no los venden sin receta, siempre hay un compañero o un amigo que te los dan", señala.

El uso gratuito, injustificado de psicofármacos implica menor capacidad a la hora de tolerar conflictos o frustraciones. "Hay una relación directa entre la inmediatez que imponen los tiempos y la incapacidad de enfrentarse a situaciones cotidianas normales. El Prozac marcó un antes y un después: con el mínimo esfuerzo de ingerir una pastilla se obtienen resultados gratificantes y rápidos. Estamos viendo generaciones enteras de personas no entrenadas en desarrollar recursos personales para gestionar malestares cotidianos. No hay que utilizar fármacos para aliviar un duelo, una ruptura o un problema de trabajo", aconseja.

Como quien aprieta el botón del mando a distancia, el sujeto hace presión para obtener la pastilla-milagro que acabará, de un plumazo, con una insatisfacción, un malestar poco específico o una contrariedad con nombre y apellido. Es un gesto cotidiano que va camino de convertirse en un acto reflejo gracias a la creciente "medicalización" de los estilos de vida.

"La industria farmacéutica presiona desde los años cincuenta para que se den medicamentos situaciones cotidianas", señala Nuria Romo, antropóloga de la Universidad de Granada, en referencia a una tendencia que se inició con la medicación de las disfunciones sexuales. "Son las llamadas medicinas de los estilos de vida", añade. Otro antropólogo, Angel Martínez Hernández, profesor de la Universidad Rovira i Virgili, de Tarragona, habla de una "mercantilización de los estados de ánimo".

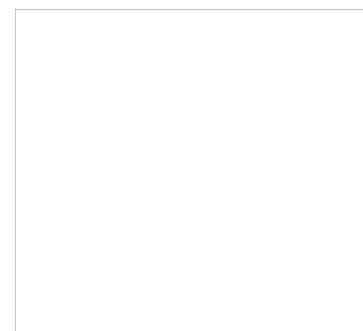
Pero ambos se refieren a lo mismo, a malestares y trastornos menores propios de un estilo de vida que imprime vértigo, inmediatez y perentoria efectividad, y que se cobra, en forma de dificultades del sueño, depresión leve, ansiedad o estrés, el desajuste existente entre la realidad, las expectativas y las exigencias.

Como otras dolencias, éstas también tienen una clara marca de género: las mujeres son diagnosticadas tres veces más que los hombres. No es de extrañar, recuerda Nuria Romo, que "sean más prevalentes en psicopatologías menores, porque se las ve más débiles y quejasas, y por tanto, más necesitadas de medicación. Pero el malestar de la vida cotidiana es mayor porque las mujeres viven en desigualdad, hay un desequilibrio de género también en lo cotidiano: no sólo nos ocupamos de la vida privada, también estamos en la pública, y hasta en la del medio".

Trastornos a medida

¿Pueden contribuir a ello también los hallazgos de los síndromes? La psicoanalista Victoria Queipo cree que se abusa, "con frivolidad", de síndromes psicológicos de nuevo cuño y pone un ejemplo, el del posvacacional. "Hay un exceso de etiquetas. Algo que es naturalmente fastidioso, como volver al trabajo tras las vacaciones, se está dando medicación. ¡Pero si sólo es un fastidio, no un trastorno!"

Más Platón y menos Prozac, recomendaba hace años desde el título de uno de sus libros el terapeuta Lou Marinoff. Lejos de la *consolatio philosophiae* que ya habían prescrito autores anteriores en varios siglos a Marinoff, Internet abunda también en reclamos que parecen sacados de un almanaque ilustrado: "Psicología moderna en poco tiempo y a bajo coste". Sin diván, mal que les pese a célebres asiduos, como Woody Allen, pero con otro fetichismo añadido, el de la pastilla mágica que proporciona una vida casi perfecta.



ULTIMOS TITULOS

- ▶ Punta del Este también tiene su "villa 31"
- ▶ Eric Martínez: "Sin la aprobación del PAF es imposible hablar de aumento salarial"
- ▶ Dejesús dijo que "los legisladores que no aprobaron el PAF no deberían estar en esta provincia"
- ▶ El martes 27 comienza el pago de haberes
- ▶ Roban e incendian un supermercado chino
- ▶ Enfurecidas por la decisión del Papa
- ▶ A partir de hoy los fumadores pagarán más los cigarrillos
- ▶ La edad de la razón
- ▶ Anticipan una guerra de precios en los celulares



CONTACTENOS EN

redaccion@mega24.com.ar
municipios@mega24.com.ar

diseño & desarrollo
PLANETHA