

Con HP Officejet Pro, ahorra un 50% en los costos de impresión*.
Calidad láser, velocidad, color y gran desempeño.
Más información en www.hp.com.ar



lanacion.com

Salud mental / Ansiolíticos y antidepresivos

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

Sábado 24 de enero de 2009 | Publicado en edición impresa

Noticias de Ciencia/Salud: anterior | siguiente

Maria A. Sanchez-vallejo

El país

MADRID.- 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.

A quien le interesó esta nota además leyó:

26.01.2009 | [A veces, las vacaciones y la vida sana enferman](#)

26.01.2009 | [A algunos, el sexo les causa depresión](#)

26.01.2009 | [La red fija se reinventa](#)

26.01.2009 | [Autoridades judías, enfurecidas por la decisión del Papa](#)

25.01.2009 | [El desafío que desvela al matrimonio presidencial](#)



IMPORTANTE: Los comentarios publicados son de exclusiva responsabilidad de sus autores y las consecuencias derivadas de ellos pueden ser pasibles de las sanciones legales que correspondan. Aquel usuario que incluya en sus mensajes algún comentario violatorio del [reglamento](#) será **eliminado e inhabilitado para volver a comentar**.

23

[danielov](#)



25.01.09
16:49

Los psicofármacos son excelentes complementos de la psicoterapia. De hecho en psiquiatría se combinan las dos cosas. Hay un tema que parecen olvidar quienes critican a los psicofármacos, y es que en el psiquismo también interviene lo biológico, y justamente ahí entran los psicofármacos. Además creo que la supuesta cura de la palabra que tanto hablan los psicoanalistas tiene sus limitaciones fundamentalmente por lo que dije antes. Muchas veces ir al psicólogo resulta insuficiente.

[Responder](#) [Votar](#) (0) (0) [Abuso](#)

22

[ANITAKAIRUZ](#)



25.01.09
11:09

El psicoanálisis creo que ya ha caducado. Es una terapia "sinfin". Hay terapias cortas con objetivos claros. De todos modos la gente no soporta sufrir, pensar, ser contrariada y al mínimo problema o contrariedad entonces recurre a la "píldora" que muchas veces no está recetada. Desgraciadamente estas son conductas nefastas que luego se transmiten a los hijos y creo que el tema de la violencia también pasa por esto. No poder reflexionar, no soportar una contrariedad conducen el tipo de conductas que estamos viendo en todas partes desde hace varios años.

[Responder](#) [Votar](#) (1) (0) [Abuso](#)

21

[w3mdea](#)



25.01.09
05:59

En más de una oportunidad se me ha dado por pensar que "el Genio de la Lámpara" se nos aparecerá un buen o mal día, vaya uno a saber, y en ese momento, mientras sostiene una pequeña grajea entre los dedos, nos dirá: Mira, te traigo este comprimido del bienestar. Se toma una sola vez y, cuanto hay de conflictivo y angustiante en ella, se habrá esfumado de la tuya para siempre no tendrás que soportar los bajones que suceden a la disipación de los efectos. Sería algo así como ser tentado con una invitación a una gran y larga fiesta. Por mucho tiempo estuve convencido de que ese sería el momento en que el hombre se encontraría desafiado a elegir entre su libertad y la embriaguez. Hoy ya no estoy tan seguro de ello ni de la validez universal de los valores y conceptos que me inducían a tamaña conclusión. Desde que Hegel expusiera lo histórico, todo absoluto se ha vuelto sospechoso. Muchos humanos, expuestos a esa propuesta, se rebelarían contra ella. Sentirían que aceptarla implicaría algo así como abdicar a su "verdadero" yo con sus problemas y responsabilidades, que, mal o bien, sentimos, creemos que somos, para transformarnos en un sujeto "ausente" que traiciona su mismidad. Sería como alguien que, inducido a hacerse un tratamiento facial respondiera: "¿Porqué, si estas arrugas son mías, me las gané yo, cuentan mi vida? ¿Me estás invitando a negar mi pasado...? ¿No es como negarme a mí mismo?" Seguramente habrá otros que digan: "Cosa suya. Pienso de otro modo". Así es nues

[Responder](#) [Votar](#) (1) (0) [Abuso](#)