

L'abús de fàrmacs per problemes emocionals força una resposta de Salut

Els experts detecten medicalització d'estats d'ànim que no són patològics

ANTONI LÓPEZ TOVAR
Barcelona

La pandèmia ha incrementat entre un 20% i un 30% la demanda de salut mental, segons dades que esmenta Oscar Pino, coordinador del centre de salut mental d'adults Benito Menni (l'Hospital de Llobregat) i vocal del Col·legi de Psicologia de Catalunya. Els indicadors reporten increments en la xifra de suïcidis, en els d'urgències vinculades a patologies mentals infantojuvenils, als trastorns alimentaris... Els índexs de malestar emocional tendeixen a agreujar-se i amb això, un dels problemes que alarmen les autoritats sanitàries: l'ús excessiu de psicofàrmacs.

"Tenim un problema com a societat, que és que busquem sempre primer la resposta fàcil. 'No em trobo bé, vaig al psicòleg o psiquiatre, i pastilla'. Som una societat *pastillera*", va afirmar el conseller de Salut, Josep Maria Argimon. Espanya és el país del món amb més consum de benzodiazepines (fàrmacs psicotròpics utilitzats per a casos lleus d'insomni, ansietat o trastorns emocionals) per cada 1.000 habitants, segons l'últim informe de la Junta Internacional de Fiscalització d'Estupefaents, amb dades del 2019. L'Associació Espanyola de Medicaments indica que el 2020 es van consumir 91,07 dosis de sedants, ansiolítics i hipnòtics per cada 1.000 habitants, un increment d'un 4,5% respecte a l'any anterior, i l'última enquesta sobre alcohol i drogues del Ministeri de Sanitat revela que un 31,1% d'espanyols de 75 anys o més han consumit



JESÚS RODRÍGUEZ / UNSPLASH

Els adolescents, un col·lectiu fortament afectat pel malestar pandèmic

El camí més curt

■ Pocs minuts per atendre un pacient deprimat, que fins i tot demana fàrmacs, i una perspectiva de cua d'espera per a un especialista. Es donen les circumstàncies perquè el metge de família recepti psicòtrops. La incorporació de psicòlegs a l'atenció primària ho vol evitar. En la mateixa línia

van els programes per millorar les estratègies per enfrontar-se a situacions adverses. Però falten psiquiatres i psicòlegs clínics. "Em preocupa molt més que no hi hagi accessibilitat per a una atenció de salut mental adequada que la sobreutilització de fàrmacs", exposa Narcís Cardoner.

conflicte, dificultats laborals, professionals, familiars que provoquen certs malestars emocionals, però no s'ha de psicologitzar ni psiquiatritzar el que no és necessari", explica Joan Vegué, president del consell assessor de la Generalitat en salut mental i addiccions.

On és el límit entre el malestar i la patologia? "De vegades és difícil. Els professionals tenim eines per entendre que alguna cosa és una reacció adaptativa que comporta certa tristesa, por, incertesa, però això no és patologia. L'ansietat exacerbada, dormir malament durant molts dies... això ja és un símptoma, un malestar que genera disfuncionalitat i que s'ha de tractar", explica Vegué.

Segons l'opinió de Pino, el llin-

"Tenim un problema com a societat", afirma el conseller Argimon respecte a l'ús dels psicòtrops

dar de la malaltia presenta variabilitat: "Depèn de la persona, no tot val per a tothom, però la freqüència i la intensitat de la simptomatologia i que afecta el teu dia a dia és fonamental. Que no puguis anar a treballar, que hagis deixat de fer activitats que t'eren agradables".

"Si realment el sistema fos òptim podríem abordar moltes coses", explica Narcís Cardoner, president de la Societat Catalana de Psiquiatria de l'Acadèmia de Ciències Mèdiques de Catalunya. "En un sistema de salut pública sempre hi ha moltes actituds dels usuaris que podrien intentar corregir-se: no perquè tinguis febre has d'anar a urgències. Però actualment és més important el risc de no poder donar resposta a totes les necessitats que el percentatge de persones que fan una demanda no del tot justificada".

hipnosedants, amb recepta o sense, l'últim any.

Un dels objectius del reforç de la salut emocional en el pla de salut 2021-2025 de la Generalitat consisteix a "desmedicalitzar bona part d'aquest malestar que la pandèmia ha exacerbat però que no hem de confondre amb malaltia mental", segons Argimon.

"Vivim en una societat en què qualsevol cosa l'hem de resoldre per la via ràpida, però hi ha circumstàncies de la vida inherents al fet de ser vius. Situacions de