

NOTA DE PRENSA

A iniquidade e a dificultade no acceso, as principais eivas na atención á Saúde Mental en Galicia

Santiago de Compostela, 9 de outubro de 2023.- A **iniquidade nos recursos** entre as distintas áreas sanitarias e a **dificultade no acceso** son as principais eivas que o **Colexio Oficial de Psicoloxía de Galicia** (COPG) detecta na atención á **saúde mental** en Galicia. Este 10 de outubro a Organización Mundial da Saúde (OMS) conmemora o **Día Mundial da Saúde Mental**, que este ano leva por lema “**A saúde mental é un dereito universal**”, polo que desde o COPG trasládase a preocupación nas dificultades para facer efectivo tal dereito entre a poboación galega.

En Galicia non se cumpre o dereito humano de atender á saúde mental. Hai unha necesidade inmediata de apostar polos tratamentos psicolóxicos, dos que a súa eficacia está comprobada cientificamente e que teñen a capacidade de axudar as persoas que sofren, tanto coa psicoloxía clínica como coa psicoloxía sanitaria. O dereito a unha **atención dispoñible, accesible, digna e de calidade** que reclama a OMS, é imprescindible para que a cidadanía galega goce dunha boa saúde mental, duns maiores índices de benestar e polo tanto, dun mellor estado de saúde xeral.

Estamos vivindo un **contexto social cunha elevada presión** sobre as persoas, como unha sostida inflación e a consecuente suba dos custos da vida; ou as consecuencias psicolóxicas e de saúde da post-pandemia. Unhas condicións que poden propiciar un incremento do sufrimento e que se poida desenvolver un trastorno psicolóxico. Cómpre prestar atención a isto, porque unha boa **saúde mental garda unha estreita relación co feito de que as necesidades básicas estean cubertas**, que se dispoña dunha vivenda digna, dunhas condicións laborais non precarias, con bos servizos públicos universais de sanidade, educación e comunitarios... A psicoloxía non está para anestesiarse o sufrimento das persoas e adaptalas a unhas condicións vitais inadecuadas; esas eivas estruturais deben ser atendidas desde a Administración pública e a propia comunidade.

Con todo, mesmo coas necesidades básicas cubertas, as persoas poden verse sobrepasadas temporalmente por cuestións que crean un importante sufrimento, que non permiten continuar co proxecto vital e que no pode afrontar nin cos medios propios nin a súa contorna. Aí, a axuda dun psicólogo ou dunha psicóloga marca a diferenza, debido a que é o perfil profesional que conta con recursos cientificamente validados para asistir á persoa nesa situación.

A dificultade no acceso no sistema público, xunto coas listas de espera que xa se están producindo nas axendas dos gabinetes privados, tanto de psicoloxía clínica como sanitaria, indícanos que este nivel de deterioro na saúde mental da poboación galega está medrando.

A psicoloxía no SERGAS

Se ben o Plan de Saúde Mental que aprobou a Xunta de Galicia en 2020 supuxo unha importante inxección de recursos, non é suficiente e a lectura que se extrae é que **o actual modelo non é útil** para o momento no que nos atopamos. Desde o COPG, como colexio profesional que representa a máis de 3.600 psicólogos e psicólogas en Galicia, demándase unha **reflexión profunda e seria sobre o modelo**,

con cuestións urxentes, como a mellora da **accesibilidade**, a aposta real pola **prevención**, a oferta dunha **resposta rápida**, ampliar a asistencia con **intervencións grupais** etc.

Datos de especialistas en Psicoloxía Clínica por Área sanitaria

EOXI	Nº de Facultativos/as especialistas en PC en outubro de 2023	Ratio de Psicólogo/a Clínico/a por cada 100.000 habitantes
A CORUÑA	23	4,2
FERROL	13	7,1
SANTIAGO DE COMPOSTELA	27	5,99
LUGO	20	6,06
OURENSE	17	5,52
PONTEVEDRA	12	3,98
VIGO	29	5,13
TOTAL	141	5,2

Fonte: Datos propios.

Desde 2020 houbo unha importante incorporación de profesionais da psicoloxía ao Sergas grazas ao devandito Plan, no que se recollían 45 novas prazas, pero á vista dos datos, aínda son insuficientes. Ademais, é evidente o **desequilibrio entre áreas**, desde os 7 psicólogos e psicólogas por cada 100.000 habitantes na área de Ferrol ata os 3,98 en Pontevedra, o que demostra unha grande iniquidade dentro da mesma Comunidade Autónoma.

Como se pode apreciar nos datos, o **Plan Galego de Saúde Mental Post-Covid 2020-2024** supuxo unha importante mellora na dotación de especialistas en Psicoloxía Clínica no SERGAS, se ben a situación de carestía previa fai que **os recursos dispoñibles estean lonxe do mínimo esixible para que garantir o dereito de acceso á atención psicolóxica na rede pública**. Estímase que ese mínimo se sitúa nos 12 psicólogos/as por cada 100.000 habitantes, mentres que a media galega apenas supera os 5, e en Pontevedra nin sequera chega a 4.

Esta infradotación de persoal tradúcese nuns **tempos de espera inasumibles** para unha atención á saúde mental que teña un mínimo de calidade e que pretenda ser eficaz.

Tempos de espera para Psicoloxía Clínica por Área Sanitaria

EOXI	Poboación adulta		Poboación Infanto-xuvenil	
	1ª consulta	Tempo entre as seguintes consultas	1ª consulta	Tempo entre as seguintes consultas
A CORUÑA	S/D	S/D	S/D	S/D
FERROL	2 meses	S/D	S/D	S/D
SANTIAGO DE COMPOSTELA	Ata 12 meses	S/D	5 meses	De 1 a 5 meses
LUGO	De 6 a 12 meses	De 3 a 5 meses	De 1,5 a 4 meses	2 meses
OURENSE	7 meses	6 meses	De 5 a 6 meses	4 meses

PONTEVEDRA	De 2-12 meses	De 4 a 7 meses	S/D	S/D
VIGO	De 5 a 12 meses	De 2 a 9 meses	6 meses	De 4 a 11 meses

Fonte: Datos propios (ante a ausencia de datos fornecidos polo SERGAS, son datos aproximados recollidos a través de profesionais nos distintos servizos das áreas sanitarias) / S/D: Sen datos

En certos dispositivos chégase a un ano de tempo de espera para a primeira consulta en poboación adulta, e o período entre consultas é excesivo, sendo o máis habitual entre 3 e 5 meses, chegando aos 9 nalgún servizo, polo que o máis habitual é que moitos e moitas pacientes non poidan ser atendidos nin sequera tres veces nun ano. Isto implica que é moi difícil poder realizar un tratamento psicolóxico que sexa eficaz, o que favorece a cronificación e mesmo o agravamento dos trastornos mentais.

Máis grave é o caso da poboación infanto-xuvenil polo impacto que teñen os trastornos mentais nesta etapa evolutiva e as necesidades específicas destas idade. Compróbase que a asistencia é heteroxénea segundo as áreas sanitarias, con primeiras consultas en 4 ou 6 meses e consultas de seguimento cunha periodicidade moi superior á adecuada.

O feito de que non se garanta o dereito á atención psicolóxica supón un **sufrimento engadido** para os/as pacientes, as súas familias e para o propio sistema social, ademais do mencionado risco de **empeoramento e cronificación** pola tardanza á hora de recibir a atención psicolóxica. Máis urxente cando **Galicia encabeza no conxunto do Estado o consumo de psicofármacos** entre a poboación xeral: case 800.000 persoas tómanos a diario, é dicir, un terzo dos seus habitantes. A dificultade para acceder a atención psicolóxica implica unha vulneración dos dereitos da cidadanía cando a necesidade queda evidenciada tanto no consumo de fármacos como nos tempos das listas de espera.

A **resposta comunitaria** é determinante, ofrecendo un coidado da saúde mental desde os contextos máis próximos á cidadanía. A experiencia da **psicoloxía na Atención Primaria** está a ofrecer resultados moi positivos polo que é urxente que se garanta este dereito con independencia do concello no que se viva, estendendo estes dispositivos por todo o territorio no primeiro nivel de asistencia sanitaria. Así mesmo, a **incorporación da psicoloxía en todos os centros educativos** sería o mellor xeito de previr trastornos de saúde mental na infancia e na adolescencia: máis de 20.000 nenos e nenas de menos de 15 anos toman psicofármacos para a ansiedade ou a depresión en Galicia, que é a autonomía con máis consumidores de ansiolíticos nesta franxa de idade de entre aquelas que ofrecen datos.

Contacto para os medios de comunicación:

Eliana Martínez | 699 908 968 | comunicacion@copgalicia.gal