

NOTA DE PRENSA

Manifesto do Colexio Oficial de Psicoloxía de Galicia no Día Mundial da Saúde Mental

Facer da saúde mental e o benestar para todos e todas unha prioridade global

- **Incorporar 7.090 psicólogos/as clínicos máis ao SNS supoñería un aforro dos gastos actuais en saúde mental.**
- **Faltan profesionais da Psicoloxía nos hospitais, nos centros de saúde, nos Servizos Sociais e comunitarios, nos centros escolares.**
- **O acceso aos servizos e programas de intervención psicolóxica necesarios continúa sendo un luxo.**

Santiago de Compostela, 10 de outubro de 2022. Sáibalo ou non, con toda seguridade, alguén próximo a ti ten algún problema relacionado coa súa saúde mental neste momento. Sexa depresión, ansiedade, un trastorno alimentario, estrés postraumático, TDAH ou, incluso, desexo de morrer ou danarse, en todos os casos falamos de problemas relacionados coa saúde mental.

As cifras son abafadoras: 1 de cada 3 españois presenta un caso probable de ansiedade e 1 de cada 4 de depresión (COP, 2021); unhas 400.000 persoas padecen un trastorno da conduta alimentaria (TCA) (Hospital Niño Jesús, 2015); 1 de cada 10 estudantes españois foi vítima de acoso na escola (Anar, 2022); e suicídanse, no noso país, 10 persoas ao día (unha delas en Galicia), mentres o tentan outras 20, é dicir, morren ao ano por suicidio 3.491 persoas (INE, 2020).

Con todo, é imprescindible sinalar que a saúde mental enténdese non só como ausencia dun problema ou trastorno psicolóxico, senón, en última instancia, e aínda máis importante, como a presenza de benestar psicolóxico, un dereito fundamental que debería ser unha prioridade e un obxectivo de todas as administracións e gobernos.

A boa saúde mental é un estado que permite ás persoas facer fronte aos momentos de #estrés na vida, desenvolver as súas habilidades e capacidades, aprender e traballar adecuadamente e realizar contribucións á súa comunidade. Trátase dun compoñente esencial da saúde e o benestar que sostén as nosas capacidades individuais e colectivas para tomar decisións, establecer relacións e dar forma ao mundo no que vivimos e que é absolutamente primordial para o desenvolvemento persoal, comunitario e socioeconómico (OMS, 2022).

A escaseza de recursos preventivos e atenciónais, dunha política de saúde pública que contemple de forma rigorosa, integral e ampla a saúde mental ten un enorme impacto nas persoas e na economía e non só supón un sufrimento evitable para as persoas que os padecen e as súas familias, senón que lle custa a España o 4,2% do seu PIB.

Falamos, en realidade, dun gasto superior ao consignado xa que, segundo o Hospital del Mar, o gasto en 2015 foi de 84.000 millóns de euros e de máis de 45.000 millóns de euros segundo a Organización

para a Cooperación e o Desenvolvemento Económicos (OCDE, 2021), cando, só con equiparar a cociente de profesionais da psicoloxía en España ás de Europa estes custos poderían diminuírse notoriamente.

Así, aumentar o orzamento en saúde mental representaría un claro investimento a medio e longo prazo. En primeiro lugar, porque se evitaría o sufrimento innecesario ao que se está sometendo aos pacientes e as súas familias, que deben esperar meses para ser atendidos por un especialista e que ven como problemas e síntomas que poderían previr-se ou abordarse en primeira instancia, evitando unha peor evolución, afróntanse con abordaxes medicalizadas. E en segundo, porque ese investimento redundaría nun importante aforro tanto en custos directos -como son os derivados do abuso de psicofármacos á hora de abordar os problemas de saúde mental, a hiperfrecuentación nas consultas ou a cronificación de problemas perfectamente previbles-, como indirectos -o custo das baixas temporais e permanentes, por exemplo-.

A pesar dos esforzos realizados nos últimos dous anos en relación coa atención á saúde mental, a prevención de trastornos psicolóxicos e a promoción dunha boa saúde psicolóxica e emocional, o feito é que, no noso país, o acceso aos servizos e programas de intervención psicolóxica continúa sendo un luxo e segue sendo máis un discurso político que unha realidade accesible á cidadanía.

Aínda que no último ano, o Goberno de España incrementou os recursos económicos destinados a solucionar este problema serio de saúde pública en 100 millóns de euros do Plan de Acción 2021-2024 de Saúde Mental, aumentou a previsión de prazas PIR -que pasaron de 204 a 231 para 2023- e puxo en marcha a liña de atención telefónica 024 destinada á prevención do suicidio, estas medidas continúan sendo completamente insuficientes.

Como exemplo, durante o seu primeiro mes de funcionamento, o 024 atendeu preto de 15.000 chamadas e identificou 290 suicidios en curso. Isto non só dá unha idea da gravidade do asunto, senón que nos sinala que é imprescindible seguir facendo esforzos por cubrir a demanda real.

Por tanto, se o aumento de demanda non vai acompañado dun incremento de recursos económicos e humanos realistas e axustados, pouco poderase facer para atender as necesidades actuais. **Faltan profesionais da Psicología nos hospitais, nos centros de saúde, nos Servizos Sociais e comunitarios, nos centros escolares.**

De feito, nestes últimos, e segundo recolle o último informe anual sobre acoso escolar publicado pola Fundación ANAR e a Fundación Mutua Madrileña, un de cada catro alumnos/as cre que hai alguén na súa clase que sofre acoso escolar. En opinión de seis de cada dez, o centro escolar non fai nada ante unha situación de bullying.

A solución do Goberno, con todo, lonxe de dotar con psicólogos/as educativos aos colexios para atallar esta secuela que afecta a nenos, nenas e adolescentes, aposta por incluír unha nova figura, coordinador/a de benestar.

O peso desa nova función recaerá sobre o profesorado, un colectivo castigado pola sobrecarga de traballo e sen a preparación para atender problemas de tipo psicolóxico. Organizacións de pais e nais, de profesores e sindicatos do ensino demandan, con todo, a incorporación do psicólogo/a educativo/a en os centros escolares como profesional mellor preparado/a para atender a saúde mental dos seus fillos e fillas.

O Consello Xeral da Psicoloxía no que está integrado o Colexio Oficial de Psicoloxía de Galicia, como máximo órgano de representación da profesión, é consciente de que se dan pasos na dirección de atender máis e mellor a saúde mental, pero tamén de que son pasos moi tímidos.

O sistema actual non só é ineficiente polos recursos humanos cos que conta, senón que é inequitativo e prexudica máis ao que máis o necesita. O cidadán ou cidadá que non ten recursos non só non ten para acudir ao ámbito privado, senón que son as persoas que máis sofren por atoparse nunha situación de maior vulnerabilidade.

E o sistema apenas pode axudarlles. Como xa sinalamos, non hai psicólogos/as clínicos suficientes no Sistema Nacional de Saúde para atender a demanda actual da poboación. Dicímolo todos os anos. E volvémoslo a facer. A cociente de psicólogos en España segue sendo irrisoria: apenas 6 psicólogos por cada 100.000 habitantes fronte aos 18 da Unión Europea e 26 da OCDE. Mentres siga sendo así, a saúde mental continuará sendo deficitariamente atendida no Sistema Nacional de Saúde Pública e os custos seguirán aumentando.

Incluír os 7.090 profesionais da Psicoloxía Clínica que se necesitarían no SNS para alcanzar unha cociente 20/100.000 non supoñería un investimento moito maior aos 350 millóns de euros, mentres que esta medida supoñería un aforro importantísimo en custos, como xa sinalamos e tal e como este Consello volveu a trasladar ao Goberno e ao resto de forzas políticas que quixeron escoitarnos este ano. Por tanto, parece que se trata dunha cuestión de vontade e non de eficiencia económica.

Así mesmo, tal e como o Consello lembroulles, as pegadas da pandemia e o medo a unha nova crise económica están a facer efecto no equilibrio emocional dos españois e as españolas, sobre todo, entre os e as máis novas.

A saúde mental infanto-xuvenil é unha das principais materias pendentes da sanidade española que é urxente atender e mellorar. Xa o avisa a Organización Mundial da Saúde (OMS): unha de cada sete persoas mozas de 10 a 19 anos, no mundo, padece algún trastorno mental.

É prioritario incrementar, por tanto, os recursos destinados non só aos adultos, senón, moi especialmente, aos nosos e nosas mozas e garantir a prevención e promoción da saúde mental, a detección, o diagnóstico, o tratamento e o seguimento dos coidados.

O Día Mundial da Saúde Mental, que hoxe, día 10 de outubro, celébrase é unha boa oportunidade para animar non só ao Goberno, senón a todos os axentes implicados, a remar xuntos nesta tarefa. Traballar para incorporar e reforzar os tratamentos psicolóxicos, que son altamente eficaces e de elección na atención primaria e especializada, garantir o deseño de campañas de prevención e sensibilización para achegar os trastornos mentais á poboación e que os cidadáns/as dispoñan de ferramentas para detectar estes problemas e pedir axuda a tempo.

Como país e como sociedade non podemos permitirmos dar as costas a quen nos grita auxilio. A saúde mental é cousa de todos. A saúde mental é cousa de todas.

Contacto para os medios de comunicación:

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