

Consecuencias de la sobremedicación

# El consumo de tranquilizantes entre los jóvenes se multiplica en una década

El 16% de los estudiantes de 14 a 18 años los ha tomado alguna vez ▶ Psicólogos gallegos achacan el aumento a la cultura de la inmediatez y advierten sobre su dependencia

AMAIÁ MAULEÓN ■ Vigo

El consumo de tranquilizantes en los jóvenes de entre 15 y 24 años se ha multiplicado en la última década. Según datos del Ministerio de Sanidad, en 2005 un 5,1% de ellos había ingerido ansiolíticos, dato que se duplicó en 2013 hasta alcanzar el 12,3%. Y cada vez empiezan más jóvenes. La última encuesta sobre Uso de Drogas en Enseñanzas Secundarias en España señala que el 16% de los estudiantes de 14 a 18 años ha tomado hipnosedantes (incluye tranquilizantes y somníferos, con o sin receta) alguna vez en la vida. En 1994 tan solo eran 6,9% los que lo hicieron. El consumo adquiere mayor dimensión en las chicas: 2 de cada 10 reconoce haber ingerido este tipo de sustancias alguna vez en la vida. Y ese consumo aumenta a medida que lo hace la edad, por lo que la prevalencia más elevada se registra en el grupo de 18 años, donde 3 de cada 10 chicas tomaron hipnosedantes alguna vez.

Los psicólogos gallegos consultados corroboran este aumento no solo en los jóvenes sino "en la población general", indica María Ferreiro, directora del Instituto de Tratamiento de la Conducta. La psicóloga asegura que la normalización en el uso de estas medicaciones "influye decisivamente en los más pequeños de la casa que al ver como los mayores toman estas "pastillas" como algo habitual entienden de forma indirecta que es algo lógico e incluso carente de peligrosidad".

Entre los factores que contribuyen a este aumento en el consumo de tranquilizantes, los expertos destacan la cultura de la inmediatez que prevalece en nuestra sociedad y la crisis económica. "Estamos permanentemente rodeados de estímulos que nos reportan una aparente satisfacción casi de forma inmediata, la cultura del esfuerzo y la dedicación ha sido relegada por el aquí y el ahora, ¿para qué voy a esforzarme en

**1 Prevalencia del consumo**  
El 16% de los estudiantes de 14 a 18 años ha tomado tranquilizantes (con o sin receta médica) alguna vez en la vida. En 1994 tan solo eran 6,9%.

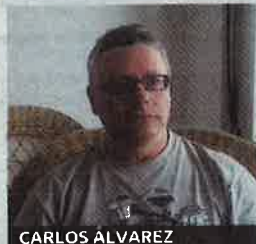
**2 Más mujeres que hombres**  
Dos de cada 10 reconoce haber ingerido este tipo de sustancias alguna vez en la vida. Y ese consumo aumenta a medida que lo hace la edad.

**3 Peligro de dependencia**  
Es importante no medicarse uno mismo ni mezclar los psicofármacos con alcohol ni otras drogas ni aumentar por nuestra cuenta las dosis.



MARÍA FERREIRO  
INSTITUTO DE LA CONDUCTA

**"Preferimos una pastilla a aprender a controlar la ansiedad; el mínimo esfuerzo"**



CARLOS ÁLVAREZ  
PSICÓLOGO CLÍNICO

**"Padres muy protectores demandan fármacos para que sus hijos no sufran nunca"**

controlar mi ansiedad buscando y entrenando estrategias propias si puedo tomarme un pastilla que me relaja al momento?", plantea Ferreiro. "No se nos está entrenando para aceptar y saber sobreponernos a los pequeños traumas diarios; cada vez

somos menos resilientes", añade. Por su parte, Carlos Álvarez, psicólogo clínico y tesorero del Colexio Oficial de Psicólogos de Galicia, destaca que la medicación "está cada vez más instalada en nuestras vidas y muchas personas entienden su

consumo como algo muy normal". El psicólogo destaca como otra de las causas del aumento del consumo en los jóvenes la sobreprotección de los padres: "Muchos no soportan ver que sus hijos sufran a causa de problemas que son normales como fracasar en los estudios, en sus relaciones sociales, rupturas de pareja, etc. y nos los traen demandando ellos mismos una medicación", explica.

El psicólogo, que trabaja en la Unidad de Salud Mental del CHUS, lamenta que esa demanda de los propios pacientes, unido al escaso tiempo que tienen los médicos de familia para atenderles y la espera de más de dos meses para obtener una cita en las unidades de salud, provoca que receten con mucha facilidad ese tipo de fármacos. Álvarez indica, no obstante, que "esos fármacos tan solo mejoran algunos síntomas del problema como la ansiedad pero, para conseguir una verdadera mejora, los afectados deberían de acudir a terapias en las que aprendan técnicas para afrontar los problemas de la vida, ya que volverán a aparecer y no podemos estar siempre tomando pastillas ya que crean dependencia en nuestro organismo", afirma.

Ferreiro aclara que, "obviamente, no decimos que no debamos de medicarnos, los fármacos están para hacer uso de ellos, aunque un uso adecuado y siempre bajo supervisión médica, la automedicación nunca es una solución acertada, puede conllevar serios problemas de salud", concluye. Coincide con ella Álvarez, que advierte que este tipo de fármacos pueden crear problemas cuando se perpetúa su consumo "ya que se crea una dependencia a nivel físico y psicológico; si no puedo tomar la pastilla no podré dormir, no podré aguantar la angustia si no me salen bien las cosas en el trabajo... cuando lo adecuado sería asistir a una terapia psicológica durante un tiempo para aprender a afrontar esos problemas sin necesidad, en principio, de fármacos".

## El jefe de Pediatría del Chuvi dimite para trabajar en el grupo HM

Fernández aclara que "en ningún momento" se planteó simultanear ambas actividades

E.P. ■ Vigo

El Sergas confirmó ayer que el jefe de Pediatría del Complejo Hospitalario Universitario de Vigo (Chuvi), José Ramón Fernández Lorenzo, dejará su puesto en un plazo de seis meses, al no ser "adecuado" que lo compatibilice con la jefatura de Pediatría del grupo hospitalario privado HM en Galicia.

Este anuncio se hizo público tras conocerse la incorporación de Fernández Lorenzo como responsable del área pediátrica de HM para sus cuatro centros gallegos: HM Modelo y HM Belén (en A Coruña), y HM Esperanza y HM Rosaleda (en Santiago).

### En seis meses

Sanidade ha precisado que esa incorporación del doctor Fernández Lorenzo al grupo HM se hará efectiva "en un plazo máximo de 6 meses", por lo que, durante ese período, se realizará "una transición planificada" de las funciones que está desarrollando en el Chuvi.

Asimismo, el Sergas señaló que iniciará el proceso para nombrar un nuevo jefe de ese servicio, y agradeció los años de dedicación de Fernández Lorenzo a la sanidad pública.

Por su parte, el propio jefe de Pediatría del Chuvi hizo público un comunicado en el que aclara que "en ningún momento" se planteó hacer compatible su actual actividad con las responsabilidades en el Grupo HM.

Fernández Lorenzo insistió en que se incorporará a la empresa privada "una vez que haya dejado" sus actuales funciones en el Sergas en Vigo, "y una vez organizada la transición, para no causar trastornos al sistema sanitario público".

A. G. LISTE ■ Vigo

## Denuncian un suicidio y una agresión sexual en el hospital psiquiátrico de Conxo

Movimiento Saúde Mental alega que se debe a los recortes y el Sergas lo niega

El Movimiento Galego da Saúde Mental (MGSM) denunció ayer que "los recortes sanitarios, las formas de gestión sin planificación y obstaculizadoras de la participación de los profesionales de la sanidad pública en la actividad cotidiana de los servicios y unidades asistenciales" son los causantes del fallecimiento por suicidio de una paciente ingresada en la Unidad de Hospitalización Psiquiátrica del Hospital Médico Círxico de Conxo, en Santiago, así como de la agresión sexual de una paciente a otra, ambas ingresadas en

esta unidad de psiquiatría compositelana, por la que ya se interpuso una denuncia.

Unos hechos que desde este colectivo de profesionales consideran "dolorosos" y de "indudable gravedad", y que fueron confirmados ayer por la Xerencia de Xestión Integrada de Santiago. Desde el Sergas, no

obstante, niegan que exista "ninguna merma en los recursos sanitarios en el ámbito de la Salud Mental en el área de Santiago". Más bien se ha potenciado con la apertura de nuevos dispositivos, como la Unidad de Hospitalización Psiquiátrica Infantil-xuvenil, única en Galicia y referente para toda la Comunidad", desta-

ca el Sergas, que también niega una reducción de los recursos humanos dedicados a la atención psiquiátrica.

El MGSM insiste en que estos casos se pueden prevenir y en que "hace tres años" que llamaron la atención sobre el deterioro progresivo de la atención a la salud mental en Ga-

licia. "Los acontecimientos que motivan este comunicado público tienen una dolorosa dimensión humana. Si se pueden prevenir, no pueden aceptarse silenciándolos o permaneciendo pasivos ante los mismos, y menos aún por profesionales de la salud mental", señalan en su nota.

El Sergas asegura que en los dos casos se "activaron los protocolos indicados" y que ahora siguen su curso judicial. "Tanto los ratios de personal como los protocolos preventivos eran los adecuados, según las indicaciones clínicas, a las patologías de los pacientes", matizan desde la Administración.