

HABITACIÓN PROPIA

María Xosé Porteiro

Comunicando

No parece que en España se comparta el aserto de Churchill de que para hacer política de Estado hay que pensar en las próximas generaciones, no en las próximas elecciones. Esta semana, UPyD y el PP fueron noticia por el análisis de sus malos resultados en Andalucía y la preocupación por las municipales y autonómicas de mayo. En ambos casos, el fiasco se ha achacado a una mala comunicación política.

UPyD vive una descomposición acelerada luego de intentar ser alternativa para el voto sin ideología. Rosa Díez renegó de su pasado socialista y recurrió a personajes con proyección mediática atribuyéndose el peso político. En un patético análisis dijo que los medios los habían abandonado porque ahora apoyaban a Ciudadanos. La parte de verdad que puede tener esta afirmación es que el rechazo a la definición ideológica es la clave para los nuevos partidos que aspiran a sustituir a los tradicionales. Albert Rivera evidencia su ambición de ser una marca blanca, dulcificada y algo más social, de los poderes fácticos económicos y empresariales.

Por su parte, en los días previos a la reunión de la ejecutiva del PP del pasado lunes, parecía preocupar únicamente lo mal que habían manejado la comunicación —o la propaganda— y a ello achacaban la caída de votos en Andalucía. No asumieron que es imposible comunicar bien lo que se hace mal, algo elemental hasta para el alumnado de primero de periodismo. Ante esa convicción, amagaron con cobrarse la cabeza de la secretaria general, incapaz de explicar cosas tan elementales como si el partido tuvo contratado a un delincuente como tesorero o de contrarrestar los vídeos virales de un programa incumplido. Pero la reunión se saldó con la autoaplicación de la ley mordaza ante la inminente confección de las listas electorales. Solo Núñez Feijoo hizo una leve autocrítica (en Galicia falta un año para las autonómicas); Monago inventó el rap extremeño con las siglas escondidas y el soez alcalde de Valladolid, con las encuestas ratificando sus proclamas, llamó palmeros a sus correligionarios.

Lo anterior bien podría llevarnos a otra definición, más chusca, cínica y, desgraciadamente, real que dice que la política es el arte de buscar problemas, encontrarlos, hacer un diagnóstico falso y aplicar después los remedios equivocados. Cosas de Groucho.

FIRMA INVITADA

El tratamiento «on line» de la depresión

Víctor M. Torrado Oubiña
y Javier Sardiña Agra

¿Qué diría usted si tuviera depresión... Y le propusiesen hacer terapia a través del ordenador? Supongo que usted reaccionaría con cierto recelo. Sería lo normal. Pero, veamos: ¿y si le explico que sería para casos leves o moderados, supervisado por su médico de atención primaria con el debido entrenamiento? ¿Y si eso supondría mejorar el paupérrimo acceso a la terapia psicológica cognitivo-conductual por parte de la población?

Aunque el abordaje farmacológico es el mayoritario, la terapia cognitivo-conductual es un procedimiento terapéutico estructurado que cuenta con el mejor aval científico para afrontar un episodio depresivo, en solitario (si el caso es leve o moderado) o en combinación con fármacos si la presentación del caso es grave, se ha cronicado o cursa con múltiples recidivas. Además, las TIC (tecnologías de información y comunicación) pueden facilitar el acceso al programa desde cualquier lugar y evitar desplazamientos del usuario a su centro de salud. Por último, podemos alegar que este tipo de abordaje se lleva haciendo en el Reino Unido desde hace años. ¿Mejora eso su impresión inicial...? Bueno, sí, también se busca abaratar costes. ¿Acaso es eso necesariamente una desventaja en un sistema de salud cuyos costes farmacológicos crecen de manera exponencial? Además, la OMS lleva mucho tiempo alertando sobre la magnitud del problema de la depresión y sus repercusiones.

Pero pocas cosas son lo que se dice de ellas. Hace ahora aproximadamente un año se nos pidió a algunos profesionales clínicos del Sergas que evaluásemos el programa *iFight*, que iba a ser utilizado en el contexto del pro-

yecto europeo *Mastermind*. En este proyecto participan diferentes agencias y organismos con un presupuesto de, nada menos, 14 millones de euros. En España, participan el Servicio Vasco de Salud, el Servicio Aragonés de la Salud, Badalona Serveis Assistencials y la Consellería de Sanidade de Galicia.

De inicio, para argumentar la oportunidad del programa de tratamiento de la depresión *on line* se argumenta la desproporcionada carestía de psicólogos en España en comparación con la media de la UE (4,2 versus 18 por cada 100.000 habitantes). Reconocida la importancia de la terapia cognitivo-conductual y los insuficientes recursos humanos de terapeutas especializados para implementarla, se obvía la lógica más aplastante que dictaría incrementar (un poco) el ratio psicólogo por habitante en los servicios de salud. Pero es que ningún psicólogo participa en el proyecto como consultor desde la Consellería de Sanidade, al contrario que ocurre en otras agencias participantes. Pero es que el programa *iFight* que contiene los módulos clínicos para ser autoadministrado nos resultó deficiente, confuso, poco atractivo, con errores de bulto y con sesgos biocientistas. Se pretendía aprovechar este programa ya elaborado porque fue ofrecido sin coste (procedente de otro proyecto europeo) y con aparentes prisas, esperando tener que hacer pocos retoques. Se incluían en él recomendaciones, como la ingesta de determinados alimentos, completamente ajenas a la tradición cognitivo-conductual, peticiones absurdas, como realizar un registro de sueño durante 28 días antes de tomar decisiones sobre su manejo y otras de lo más pintoresco como cuando invitan a moderar el consumo de «pintas de cerveza».

En nuestra evaluación concluíamos que «el contenido clínico del programa es el elemento terapéutico y debería prestársele la máxima atención respecto a la evidencia disponible y rigor científico». Para nosotros era

obvio que quienes habían preparado dicho material no tenían capacitación adecuada en terapia cognitivo-conductual ni experiencia en el manejo de materiales de autoayuda con pacientes reales. Finalizamos recomendando que la supervisión del programa corriese a cargo de un especialista en psicología clínica y así se lo hicimos saber a los responsables del proyecto en la consellería.

No hemos vuelto a tener noticias hasta hace unos días. Se anunciaba un curso en el FEGAS (Fundación Galega de Administración Sanitaria) destinado a médicos de familia y que lleva por título *Intervenciones cognitivo-conductuales on-line para el tratamiento de la depresión desde atención primaria*. Un título muy largo para, tan solo, icuatro horas de formación! Nosotros habíamos propuesto inicialmente 75 horas. Les había parecido mucho, ¿40 entonces?

Así que las cosas tienden a mostrar tozudamente lo que son. Con la salud y seguridad de los usuarios y el adecuado uso de fondos públicos como telón de fondo, sospechamos que asistiríamos a la gestación y alumbramiento de una deficiente y costosa autoayuda «psicológica» en formato electrónico. Pero terapia, poca.

Sin temor a equivocarnos: si le sirven un café, pero no sabe a café, no huele a café, no es del color natural del café y el que se lo trae no parece un camarero, lo más probable es que «eso» no sea café. Una oportunidad perdida de hacer bien las cosas.

Víctor M. Torrado Oubiña es especialista del Área de Psicología Clínica del Complejo Hospitalario Universitario A Coruña (CHUAC) y coautor de la guía de práctica clínica sobre el manejo de la depresión en el adulto.

Javier Sardiña Agra es especialista del Área de Psicología Clínica del CHUAC y presidente de la sección de Psicología y Saúde del Colexio Oficial de Psicología de Galicia (COPG).

PAISAXES E PALABRAS Xerardo Estévez

Alén de Compostela

Nourora a pertenza era unha sucesión de espacialidades: o portal, a escaleira, a rúa de cadaquén e, ao lonxe, os barrios dos veciños que ían andando «ao pueblo». A xeorreferencia era o pedigrí social, un carné de identidade ou un escudo distintivo. A cambio, a rúa era o noso salón de xogos e relacións, eramos donos dela.

Santiago sempre careceu de fronteiras, era o burgo cristián en forma de ameiba, con camiños estrelados cara ao rural inmediato. Era un daguerrotipo sacro, entre o verde do campo e a petrificación monumental e mesmo espiritual, que satisfacía dende o nacionalismo ao conservadorismo. Bela pero pobre máis alá do centro, universitaria, avanzada, pícara e europea. Pura dicotomía.

O señorío eclesiástico estivo afeito durante séculos a relacionarse cos outros poderes milenarios e a impoñer a súa estética. O século XIX foi a involución, coa salvidade do monteirismo e dalgún momento da República. A economía e a demografía gravitaron cara ao mar e aquela potente cida-

de empezou a languidecer, deixou de ser o que era. Foi a literatura, e non tanto a historia, quen mellor describiu o seu letargo.

Nos anos oitenta sentiuse a necesidade de desprenderse daquel manto de inmobilidade que se manifestaba nunha predestinación a seguir crescendo mal, con ensanches mal paridos, de servirse da política como instrumento a favor e non en contra, de non laiarse tanto e de implantar unha laicidade inexistente, coa Igrexa no seu sitio, tal como propugna hoxe Francisco. Serían o plan xeral de ordenación e a estratexia Compostela 93-99, coa concertación entre Administracións, os que ían emprender esta ardua tarefa. Era necesario medrar co urbanismo e o seu repertorio de espazos libres e zonas verdes, equipamentos, fronte á falta de regulación urbanística nos municipios limítrofes, que a CPTOPV de aquela non parecía percibir.

Grandes investimentos públicos e a implantación xeneralizada do planeamento foron viabilizando un trato relacional entre a cidade central e a periferia, que os cida-

dáns propiciaron cos seus tránsitos. Agora que se fala de darle forma a esas relacións, ese diálogo de ti a ti terá que facerse desde a lealdade urbanística e fiscal, coa participación activa da Xunta e cun enfoque distinto para conxuntar o urbano e a contorna rural, con novas economías de todo tipo.

O local xa non é o portal onde xogabamos, é máis ben a mesa do cuarto onde navegamos no ordenador. Tan pronto poñemos un pé na rúa estamos nun lugar de lugares, con outras relacións máis democráticas que aquelas. Se das dous pasos estás na metrópole, aínda que en Galicia sexan de bolsillo, e se colles o tren chegas á Coruña ou a Vigo nun santiamén.

A rivalidade entre cidades é unha forma de relocarse fronte ao mundo global e seguirá a expresarse a través da competencia deportiva e cousas parecidas. Mais o localismo reseso e insolidario que festexa os reveses ou rabea cos éxitos do outro quedará reducido a palabras ocas. Alén de Compostela sempre estará Galicia, e na fábula localista a capital non pode participar.