



José Guimón

CATEDRÁTICO DE PSIQUIATRÍA Y MIEMBRO DE JAKIUNDE

“Aquí, los ancianos son más infelices que en otros lugares”

Leyenda viva de la psiquiatría vasca e inspirador de cambios profundos durante cinco décadas. Guimón aborda los desafíos de su especialidad

Concha Lago

BILBAO – Expertos internacionales debaten hoy en la Universidad de Deusto sobre los retos de la salud mental en el País Vasco. Esta jornada, impulsada

por Jakiunde y Donostia San Sebastián 2016 Capital Europea de la Cultura, estará coordinada por José Guimón, catedrático en Psiquiatría y gurú de la especialidad en Euskadi.

Diga doctor, ¿cuál es su diagnóstico sobre la salud mental vasca?

—La salud mental es bastante buena porque hay menos ingresos hospitalarios por 100.000 habitantes que en el resto de Europa, y también hay menos suicidios. Aunque hay que decir que en la edad avanzada, a partir de los 75-80 años, es peor que en otros lugares. Y no hay que olvidar que en Euskadi somos muy longevos y tenemos la segunda población más añosa del mundo.

¿Por qué es peor?

—Aquí los ancianos son más infelices que en otros lugares porque tienen más problemas psicológicos. Hay mayores tasas de depresión, de ansiedad, de soledad y más problemas de autoestima que en los países más desarrollados. Y eso obedece a la falta de buena higiene mental y a la carencia de relación social. No hay tan buen trabajo de voluntariado, hay menos rehabilitaciones, las casas de acogida son menos dinámicas de lo deseable...

¿Es uno de los principales problemas de la red de salud mental?

—Las dificultades serias son la poca atención a la geriatría, es decir, a los ancianos con problemas psiquiátricos, y el poco esfuerzo en mejorar las discapacidades de los enfermos mentales. Hay que buscar empleo protegido para los enfermos graves, y rehabilitarles. Las ONG y las diputaciones están haciendo planes importantes, pero no son suficientes porque la carga que suponen estas personas para las familias es terriblemente dura.

Usted va a exponer hoy las grandes transformaciones de la psiquiatría después de casi cincuenta años en activo.

—Sí, en el País Vasco, en la década de los 70 cuando yo empecé, había cuatro o cinco psiquiatras. Los psicólogos no existían y la enfermería era competente pero no estaba especializada. No había medicaciones para las grandes enfermedades psiquiátricas. Existía el psicoanálisis pero no había personal formado. Los hospitales psiquiátricos eran enormes depósitos de pacientes de 200 o 300 personas que se quedaban allí almacenadas.

Pero eso pasó a mejor vida.

—El panorama ha cambiado extraordinariamente. Las leyes y las asociaciones ayudaron a mejorar esta situación. Ahora se dedica más dinero a los enfermos mentales, aunque todavía es insuficiente. En España, se dedica a la atención mental una tercera parte que en Suiza. Pese a ello, la situación no está

tan mal gracias a profesionales entusiastas.

¿Caminamos hacia una sociedad más ansiosa y estresada como reza el título de una ponencia de hoy?

—Ese es el título de la conferencia del profesor Echeburua, uno de los mejores expertos en este tema. Él va a exponer cómo están aumentando las situaciones de estrés y va a proponer cómo se puede controlar la ansiedad con determinadas técnicas, al margen de la medicación.

¿Por qué se registran tantos cuadros de ansiedad?

—Es que el problema trágico del desempleo, la falta de ilusión por el futuro... producen muchas dificultades de convivencia en la sociedad. Las generaciones actuales ya no pueden esperar que la situación de bonanza sea como la de sus padres y eso promueve la desesperanza.

Denuncian muchos colegas que se está haciendo un consumo excesivo de tranquilizantes.

—Los fármacos son estupendos y una muy buena ayuda para las dificultades psicológicas como la ansiedad y la depresión, pero con mesura y bajo indicación médica. Quizá se recetan en exceso y a veces también se adquieren de forma extraoficial. Aunque normalmente los médicos no recetan porque sí. Pero la mitad de la población que acude a la Atención Primaria tiene problemas emocionales y padece insomnio, tiene problemas para trabajar y por eso a veces se recetan muchos ansiolíticos. Puede ser que haya un abuso de ansiolíticos e hipnóticos, pero no de antidepresivos que seguramente son menos recetados de lo necesario.

Los casos de esquizofrenia son mayores en las grandes ciudades. ¿Hay más protección psicológica en los pequeños municipios?

—Sí, la esquizofrenia es menor cuando las familias arropan y cuando los estados favorecen ese arropamiento como ocurre en los países escandinavos. No se sabe cuál es la causa y cuál es el efecto. En todo caso, el tejido social familiar tradicional protege de este tipo de problemas.

Los primeros síntomas de la enfermedad mental suelen manifestarse de forma temprana, a veces incluso antes de los 14 años.

—Sí, y la psiquiatría infantil también está poco desarrollada. De hecho, la especialidad en Medicina acaba de aceptarse en el Ministerio. Se registra desde el déficit de inteligencia en los niños, la oligofrenia, muy grave, hasta otros trastornos como el autismo, la psicosis infantil, el síndrome de TDH, de hiperactividad... Luego, en la adolescencia empieza el tema de las adicciones. En fin, un drama. ●

Guimón dirige hoy una jornada sobre salud mental. Foto: Pablo Viñas

Los mejores
ESPECTACULOS
de Euzkadi

BERTIN OSBORNE
PALACIO EUSKALDUNA 20.00 HORAS 23 JUNIO

ANDRES CALAMARO
EN CONCIERTO
PALACIO EUSKALDUNA /// 21.00 HORAS 24 JUNIO

ANASTACIA
THE ULTIMATE COLLECTION TOUR 2016
PALACIO EUSKALDUNA 21.00 HORAS 29 JUNIO

El gusto es nuestro
MILBAO EXHIBITION CENTER (BEC) 01 OCTUBRE

LOPEZ PABLO LOPEZ
PALACIO EUSKALDUNA 20.00 HORAS 02 OCTUBRE

ENTRADAS A LA VENTA EN CAJEROS KUTXABANK Y TAQUILLAS DE LOS RECINTOS

ORGANIZA: NERVION PRESENTA radionervion COLABORA telebilbao Deia