EXPERTOS EN SALUD MENTAL DE REINO UNIDO DEMANDAN MÁS INVERSIÓN EN TERAPIAS PSICOLÓGICAS

Susana Villamarín y Aída de Vicente

La terapia cognitivo conductual puede ser un tratamiento más eficaz que los antidepresivos para el trastorno de la ansiedad social. Así lo afirma un estudio llevado a cabo por investigadores de la Escuela Johns Hopkins Bloomberg de Salud Pública de la Universidad de Oxford, en colaboración con la University College de Londres, y publicado el pasado mes de septiembre por la revista *The Lancet Psychiatry*.

El estudio, titulado *Psychological and pharmacological interventions for social anxiety disorder in adults: a systematic review and network meta-analysis* (Intervenciones psicológicas y farmacológicas en el trastorno por ansiedad social en adultos: una revisión sistemática y un metaanálisis en red), ha sido financiado por el Instituto Nacional para la Salud y la Excelencia Clínica del Reino Unido (*National Institute for Health and Care Excellence,* NICE). Sus conclusiones coinciden con las recomendaciones de la Guía del NICE con respecto a la identificación, evaluación y tratamiento del Trastorno de Ansiedad Social (ver: http://www.infocop.es/view_article.asp?id=4605), al confirmar que la terapia cognitivo-conductual se asocia con efectos duraderos a largo plazo, y que debería tenerse en cuenta como tratamiento de primera elección ante este trastorno, considerando como opción el tratamiento farmacológico en casos en los que la persona no desea terapia psicológica o no responde adecuadamente a ella.

A la luz de los resultados de esta investigación, los autores han hecho un llamamiento a los responsables de las políticas de actuación sanitaria para que se incremente la inversión en estudios psicológicos, pues, tal y como advierte el investigador principal del estudio, **Evan Mayo-Wilson**, "*el Sistema de Salud no trata a la salud mental de forma equitativa*".

A este respecto, señala, es necesario mejorar las infraestructuras destinadas al tratamiento de problemas de salud mental, con más oficinas, aumentando el personal de apoyo y los supervisores experimentados, introduciendo programas adicionales de formación para el personal sanitario, etc., puesto que, al incrementar los recursos para la atención psicológica, se podría mejorar la calidad de vida de las personas, aumentar su productividad laboral y reducir considerablemente los costes sanitarios.

Este llamamiento coincide con el planteamiento de diversas iniciativas que, en los últimos años, han ido surgiendo con el propósito de cambiar las políticas sanitarias de salud mental, instando para ello a los Gobiernos a que tengan en cuenta estas recomendaciones basadas en la evidencia, e incluyan las intervenciones psicológicas en la cartera de servicios de sus Sistemas Nacionales de Salud, con el fin de ofrecer un tratamiento de calidad considerando la relación costes-beneficios.

Fuente: British Psychological Association (ver: http://www.bps.org.uk/news/call-investment-psychological-therapies)